

大学生における日常生活スキル尺度の開発

島本好平* 石井源信**

本研究の目的は、社会的スキルを内包するライフスキルを多面的に測ることができる多次元の尺度の開発であった。その際、ライフスキルを「効果的に日常生活を過ごすために必要な学習された行動や内面的な心の働き」と定義し、ライフスキル研究と社会的スキル研究をもとに項目の作成を行った。内容的妥当性の検討と予備調査による項目の精選の後に選定された42項目に対して、729名の大学生に反応を求めた。探索的因子分析の結果、この尺度は主に個人場面で展開されるスキルを表す個人的スキル(計画性、情報要約力、自尊心、前向きな思考)と、主に対人場面で展開されるスキルを表す対人スキル(親和性、リーダーシップ、感受性、対人マナー)という2つに大きく分類される8下位尺度(計24項目)から構成されることが示され、「日常生活スキル尺度(大学生版)」と命名された。また、本尺度はデータへの適合もよく、各下位尺度と尺度全体にはおおむね満足できる信頼性・妥当性が認められた。

キーワード：ライフスキル、個人的スキル、対人スキル、多次元尺度、大学生

問題と目的

近年、いじめや不登校、少年犯罪といった青少年の問題傾向の増加を受け、我が国では“生きる力”の育成の必要性(中央教育審議会, 1996)が強調されて久しい。また、発達的にその延長である大学生(以下、学生)に目を向けてみても、対人関係能力の低下やストレスに対する耐性の低さ、ストレスの対処の不適切さが指摘され、大学の学生相談室等に寄せられる相談件数は全国的に増加の傾向にあると言われる(齋藤, 2002)。相談内容も対人関係上のトラブルや引きこもり、心理的な深い落ち込みといった相談員が対応に苦慮する事例も増えてきている(齋藤, 2002)。このような学生の問題傾向に対して大学側の積極的な働きかけが緊急な課題になりつつあり、学生自身も、社会人として自立していくために対人関係能力等を高めていく必要があるだろう。このように、今日においては学生の人間形成を促進していくことは重要な検討課題であると考えられる。

一方、欧米では青年の反社会的傾向や孤独感・うつ傾向等の問題傾向の背景には、日常生活の中で求められる社会的スキルやライフスキル等の欠如があることが以前から指摘されている(飯田・石隈, 2003)。社会的ス

キルとは、一般に円滑な人間関係を形成・維持するために必要な行動と言われており(e.g., 菊池, 1988; 庄司, 1991)、ライフスキルとは、「効果的に日常生活を過ごすために必要な学習された行動」(Brooks, 1984)、「人々が現在の生活を自ら管理・統制し、将来のライフイベント¹をうまく乗り切るために必要な能力」(Danish, Petitpas, & Hale, 1995)と定義されている。また、WHO(1997)はライフスキルを対人場面で展開される社会的スキルを内包した心理社会的能力と位置づけ、「日常生活で生じるさまざまな問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力」と定義している。WHO(1997)によるライフスキルのとらえ方からも、ライフスキルとは社会的スキルよりも広義な概念であると言える。一方、尺度開発に関してはその数の多さからも社会的スキルの方が先行していると言えるが、WHO(1997)を中心に多くの研究者がライフスキルを測定するための尺度の開発や、ライフスキルの向上を促進するスキルトレーニングプログラムの開発を試みている(飯田・石隈, 2003)。

欧米におけるライフスキルを測る尺度としては、まずLandman, Irvin, & Halpern(1980)によって開発されたTests for Everyday Living(以下、TEL)が挙げられる。これは日常生活を効果的に過ごすために必要な幅広い行動をライフスキルとしてとらえる試みであり、ライフスキルの尺度開発における先駆的研究とされている(飯田・石隈, 2003)。TELは、買い物(35項目)、

* 東京工業大学大学院社会理工学研究科
〒152-8552 東京都目黒区大岡山2-12-1
shimamoto@gi.hum.titech.ac.jp

** 東京工業大学大学院社会理工学研究科
〒152-8552 東京都目黒区大岡山2-12-1
ishii@hum.titech.ac.jp

¹ 人生における重要な出来事を意味する。

預金 (37 項目), 家計 (34 項目), ヘルスケア (34 項目), 家の管理 (36 項目), 職探し (36 項目), 仕事関連の行動 (33 項目), といった 7 つの下位尺度とそれらの合計得点 (245 項目), そして基本的な読み尺度 (36 項目) からライフスキルを評価することができる。一方, Evans & Poole (1987) は, 青年たちが普段抱いている関心事についての自由記述等をもとにライフスキルの尺度の作成を試み, 代表的な 15 のスキルを見出している。しかし, 信頼性と妥当性の検討は行われておらず, ライフスキルの分類のみを示したものと言えるだろう。

また, 1984 年以降に開発されたライフスキルの尺度は, Brooks (1984) の提案した, 対人コミュニケーション・人間関係スキル, 問題解決・意思決定スキル, 身体的フィットネス・健康維持スキル, アイデンティティ発達・人生の目的スキル, という 4 つのカテゴリーからなるライフスキルの枠組みにもとづいているものが多い (飯田・石隈, 2003)。この Brooks (1984) の枠組みは, まず各発達段階で求められるライフスキルとして適切な記述を関連する文献からおおよそ 500 個も収集し, それらを 73 名にもおおよそ発達心理学等の専門家を交えた 3 度にわたるパネルディスカッションを経て 8 カテゴリーからなる 305 個の記述へと精選し, 最終的に, 上記の 4 つのカテゴリーへとまとめられたものである (Ginter, 1999)。Brooks (1984) の枠組みからは, 青年用 (Darden, Ginter, & Gazda, 1996), 非行青年用 (Kadish, Glaser, Calhoun, & Ginter, 2001), 学生・成人用 (Picklesimer & Miller, 1998) と, 各発達段階におけるライフスキルを測る尺度が開発されている。

我が国におけるライフスキルを測るための尺度としては, まず Danish et al. (1995) のライフスキルの定義をもとに作成された上野・中込 (1998) のライフスキル尺度が挙げられる。この尺度は学生の日常生活場面を想定して作成されているが, 下位尺度は個人的スキル (8 項目) と対人スキル (10 項目) にしか分かれておらず, スキルの内容も, それが日常生活場面に加えてスポーツ競技場面においても展開されるものに限られている。

一方, Brooks (1984) のライフスキルの枠組みにおおむね対応するものでは, Darden et al. (1996) による Life-Skills Development Scale-Adolescent Form, 65-item version (以下, LSDS-B) の項目等をもとに開発された飯田・石隈 (2002) の学校生活スキル尺度 (中学生版) がある。この尺度は生徒が学校生活の中で出会うことが予想される発達課題, 教育課題に対処する上で役に立つスキルを多面的に測る尺度であり, 自己学習ス

キル (14 項目), 進路決定スキル (12 項目), 集団活動スキル (12 項目), 健康維持スキル (9 項目), 同輩とのコミュニケーションスキル (7 項目), という 5 つの下位尺度からなる。だが, 飯田・石隈 (2002) は生徒の持つスキルの向上を学校でサポートしていくことを念頭においているため, 一般的な行動の問題としてとらえやすいスキルに焦点を当て, 行動としてとらえにくい心理・情緒的な領域は尺度に含めていない。しかし, すべてのスキルが向上していく過程およびスキルが遂行される過程において, 心理・情緒的要因は切り離せないものと言われており (Gresham & Elliott, 1984), 既成のライフスキルの尺度 (e.g., LSDS-B) においても, 行動としてのスキルとともに内面的な心の働きとしてのスキルが含まれている。そのため, ライフスキルの尺度を開発するに当たっては, ライフスキルを「能力」としてとらえるよりも, むしろ「行動や内面的な心の働き」として明確にとらえる必要があると考えられる。

また, LSDS-B のような個人のスキルを測る多次元の尺度は日本では未だ数が少ないのが現状である。そこで, 本研究では学生の人間形成の促進を目的としたプログラム上で多次元の尺度を活用できるよう, ライフスキルを「行動」としてとらえている Brooks (1984) の定義に加えて, 「効果的に日常生活を過ごすために必要な学習された行動や内面的な心の働き」と定義し, 学生が持つスキルを多面的に測定可能な多次元の尺度の開発を目指す。加えて, 回答への偏向を防止し, なお現場で簡便に実施可能なものにするため, 尺度としての多面性を保ちつつも容易に実施できる分量になるよう項目数をスリム化し, 尺度化することを試みる。

以上, 本研究の目的は以下の 3 点である。まず, 予備調査で学生のライフスキルを測る項目を作成・選定する。次の研究 1 では, 選定された項目からスキルを多面的に測る尺度を作成する。そして研究 2 では, 作成された尺度の信頼性・妥当性の検討を行う。

予備調査

目的

効果的に日常生活を過ごすために必要な学生のライフスキルを測る項目を作成・選定する。

方法

Brooks (1984) と WHO (1997)² によるライフスキルの

² WHO (1997) は, 社会的スキルを内包した「心理社会的能力」としてライフスキルをとらえているが, WHO (1997) によるスキルの記述は, 「行動や内面的な心の働き」としても解釈できるため, 項目を作成する際に参考にした。

記述に加え、ライフスキルに内包されている社会的スキル³の既成の尺度等をもとに項目を作成し、予備調査の後に選定する。社会的スキルにも着目したのは、このスキルが日常生活において主要な位置を占める対人場面で展開される学習されたスキルであり(庄司, 1991), 本研究で扱うライフスキルとしても解釈可能だからである。また、これまでに多くの研究者によってその具体像が明らかにされており(e.g., 菊池, 1988; Goldstein, Sprafkin, Gershaw, & Klein, 1986; 鈴木, 1992; 庄司, 1991), それらはライフスキルの具体像を明確にする上でも役に立つと考えられる。

ライフスキル研究から「日常生活で生じるさまざまな問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力」(WHO, 1997)というライフスキルの定義からすると、そのようなスキルは無数に存在するように思われ、その性質や定義も文化や状況によっても異なると考えられる。しかし、WHO(1997)は「私たちが現実生活の中で適切に機能するために必要なライフスキルは共通している」という仮説のもと、日常生活の各場面に求められるライフスキルを幅広く詳細に記し、それらを分析・分類することによって中核をなすスキルの同定は可能としている。そして、そのようなスキルに含まれるものとして、意志決定、問題解決、創造的思考、批判的思考、効果的コミュニケーション、対人関係スキル、自己意識、共感性、情動への対処、ストレスへの対処、という10のスキルを挙げている。前述したBrooks(1984)のライフスキルの枠組みも、日常生活で求められるスキルを幅広く収集し、それらを分析・分類することによって見出されたものであるため、WHO(1997)による記述とともに中核をなすライフスキルの具体像を見出す上で役に立つと考えられる。

また、回答者が項目の内容を理解することが困難であるとき、得られる回答は信頼性が低くなってしまうと考えられる。そのため、本研究ではライフスキルの記述(Brooks, 1984; WHO, 1997)の中でも理解しやすい記述を参考にし、後述する社会的スキルの既成の尺度においてもそのような記述を参考にした。結果として、ライフスキル研究からは25項目が作成された。

社会的スキル研究から 社会的スキルの有効性は、これまで多くの研究者によって明らかにされている。例えば、Cohen, Sherrod, & Clark(1986)は、社会的スキルに優れる人物はストレス状況下にあるときに友

人らとの関係を活発にし、そこから得られるサポートによってストレスを低減するという。庄司・小林・鈴木(1989)は社会的スキルに関する論文をレビューし、社会的スキルが現在と将来における学業成績や社会への適応と関連が見られることを挙げている。また、菊池(1988)と庄司(1991)は、学生を対象にそれぞれ作成した社会的スキルの尺度の合計得点とY-G性格検査との相関関係から、社会的スキルに優れる人物ほど自信に満ち、細かいことを気にせず情緒が安定し、他者と協調しながら対人関係に積極的な社会的外向型であることを見出している。特に、菊池(1988)の尺度はKikuchi's Social Skill Scale・18項目版(以下、KiSS-18)と呼ばれ、Goldstein et al.(1986)が提唱した、初歩的なスキル、高度のスキル、感情処理のスキル、攻撃に代わるスキル、ストレスを処理するスキル、計画のスキル、という6つのカテゴリーからなる「若者のための社会的スキル」の枠組みにもとづいている。本研究の場合も学生(若者)が対象なので、Goldstein et al.(1986)の枠組みをはじめ、菊池(1988)のKiSS-18、庄司(1991)の社会的スキル尺度、鈴木(1992)の共感性尺度の項目を参考にした。結果的に、社会的スキル研究からも25項目が作成された。

内容的妥当性 学生相談にかかわる数名の教員と心理学専攻の大学院学生数名により、作成された項目の内容が、効果的に日常生活を過ごす上で役に立つスキルであるか、抽象的な表現になり意味が分かりづらくなっていないか、意味が重複してはいないか、ということについて検討が行われた。その結果、3項目が修正によって他の項目にそれぞれ統合され、47項目が予備調査の項目として採択された。

予備調査の実施と結果 47項目からなる「日常生活に関する調査」と題した調査票を、関東地区の3大学における241名(男性170名・女性71名:18.7±0.79歳)の学生に実施した。回答方法は4件法(1:ぜんぜん当てはまらない~4:非常に当てはまる)で行い、評定値をその項目の得点とした。偏向が見られる項目を平均値(1.5以下または3.5以上)から判断し、I-T相関(.20基準)から全体と関連性が低い項目を検討することによって計5項目を除外した。その後の信頼性の検討では、おおむね満足できる内の一貫性が示され($\alpha=.87$), 最終的に42項目が学生のライフスキルを測定する項目として選定された。

³ 本研究のライフスキルの定義に従い、心情を表す共感性もライフスキルに内包される社会的スキルとしてとらえている。

研究 1

目的

予備調査で選定された42項目をもとに、スキルを多面的に測る尺度を作成する。

方法

調査対象 関東、近畿、東北地区の10大学における729名(男性318名・女性411名:19.6±1.26歳)の学生である。

調査時期 平成14年11月から12月に実施した。

手続き 集団実施するよう依頼した教示文と調査票を担当教官に郵送し、後日回収した。

調査内容 42項目からなる「日常生活に関する調査」と題された調査票を対象者全員に実施した。

統計処理 探索的因子分析(最尤法・Promax回転)を行い、固有値と解釈可能性を基準に因子解を検討した。

結果と考察

因子構造の抽出 探索的因子分析を繰り返し行った結果、8因子解を得た。10因子解も選択可能であったが、内的一貫性が特に低い因子(3項目)と単純構造を示す2項目のみで構成される因子については採用しなかった。その他に、共通性(.25基準)が低い2項目と複数の因子にある程度の負荷を示している5項目についても、因子の妥当性を確保するためにその後の分析から除外した。これら12項目を除いた後、因子数を8に指定して再び探索的因子分析を行ったところ、すべての項目は.40以上の因子負荷量とともに単純構造を示した。

次に、因子分析モデル(8因子)の適合度について検討した。指標にはGFI, AGFI, CFI, RMSEAを用いた。GFI, AGFI, CFIはともに0から1までの値をとり、1に近づくほど適合が良いとされている。GFIは.90以上がモデルを採択する基準とされ、AGFIがGFIに比べて著しく低下する場合は良いモデルとは言えない(豊田,1992)。また、RMSEAは0に近づくほど良いモデルと判断され、.08以下がモデルを採択する基準とされている(山本・小野寺,1999)。その結果、各指標にはおおむね適合が良いと判断される値(GFI=.915, AGFI=.896, CFI=.894, RMSEA=.047)が認められた。しかし、4項目(2因子)と5項目(2因子)から構成される因子の中には、特定の項目を除外することで内的一貫性の値が増加する因子も見られたため、因子分析モデルの適合度について再度検討を行った。その際、8因子中半数の因子(4因子)が3項目から構成されていること、「尺度に含める項目数を簡便に実施可能な分量に

する」という方針からも、本研究ではモデルの適合度にもとづきながら1因子あたり3項目への統一を試みた。

4項目、5項目からなる4つの因子については、「その項目を除外することで α 係数の値が増加する」「因子の項目の中で最小の因子負荷量を示す」という2つの条件から除外する項目を検討した。因子の項目数を統一するために30項目から6項目を除外したが、統一の前後における内的一貫性の値にはそれほど大きな変化は見られず(統一前 α =.84, 統一後 α =.83)、尺度全体の内容への影響は少ないと考えられる。また、因子の項目数を統一したモデルも適合が良いと判断されたため(GFI=.941, AGFI=.921, CFI=.927, RMSEA=.044), AICを用いて因子の項目数を統一する前後のモデルの適合度を検討した。AICは、候補に挙げられた複数のモデルの中から最適なモデルを検討する指標であり、その値が最小なモデルを採用する(豊田,1992)。すると、統一前(AIC=1243.6)よりも統一後(AIC=696.6)の方が、当ではまりが良いことが示された。

測定の妥当性を考えれば項目数は多いほうが望ましいが、モデルに合致しない変数(項目)は測定後の分析全体において無効であり(Kano & Harada, 2000)、また尺度の項目数を必要最低限に抑えるためにも、本研究では1因子あたり3項目に統一した因子分析モデル(計24項目, 全体 α =.83)を採用することにした。

その後、因子数を8に指定して再度探索的因子分析を行った結果、24項目は従来の因子にそれぞれ従属し、因子負荷量は1項目を除いてすべて.40以上を示した。また、8つの因子は全分散の46.7%を説明した。最終的な因子行列をTABLE 1に示す。性別ごとに因子分析を行ったが、男女ともに全体と同様の8因子に分類されたため、以後の分析は男女合わせて行った。

因子の命名 本研究では、TABLE 1に示すように因子の命名を行った。第1因子は、相談する、本音で物事を言い合う、といった友人たちと親密な関係を形成・維持するスキルの項目からなり、「親和性」(α =.84)と命名した。第2因子は、自分が所属する集団内での活動に積極的にかかわっていこうとするスキルの項目から構成されており、「リーダーシップ」(α =.76)と命名した。第3因子は、時間的展望と物事の優先順位を考慮した先見的なスキルを表す項目から構成されており、「計画性」(α =.68)と命名した。第4因子は、相手の気持ちへ感情移入するスキルを表していることから「感受性」(α =.67)とした。この因子の命名は、共感性尺度(鈴木,1992)の下位尺度であり、映画や小説への感

TABLE 1 ライフスキルを多面的に測る多次元尺度の最終的な因子行列 (Promax回転, N=729)

因子名	No	項目内容	平均値	SD	因子負荷量								共通性
					F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	
親和性	32	困ったときに、友人らに気軽に相談することができる	3.18	.83	.905	-.025	-.023	-.018	.036	-.068	.061	.013	.774
	42	親身になって友人らに相談に乗ってもらえることができる	3.12	.87	.750	.016	.016	.066	-.009	-.006	-.002	-.023	.612
	10	どんな内容のことでも友人らと本音で話し合うことができる	3.20	.89	.735	.053	.000	-.022	-.028	.080	-.088	-.008	.571
リーダーシップ	25	話し合いのときにみんなの意見を1つにまとめることができる	2.38	.81	.039	.791	.010	-.061	-.001	-.028	-.010	.025	.612
	2	集団で行動するときに先頭に立ってみんなを引っ張って行くことができる	2.35	.81	.015	.753	-.008	.021	-.044	-.015	-.034	-.015	.518
	12	自分が行動を起こすことによって、周りの人を動かすことができる	2.49	.72	-.025	.552	-.044	.137	.073	.135	-.047	-.059	.447
計画性	40	先を見通して計画を立てることができる	2.54	.81	-.008	-.031	.674	.027	.133	.026	-.045	-.043	.526
	21	課題が出ると、提出期限を自ら決める等の工夫をしてやる気を引き出す	2.38	.95	.007	-.121	.650	.048	-.024	.094	-.138	.010	.414
	26	やるべきことをアキアキと片付けることができる	2.53	.85	-.013	.200	.608	-.061	-.045	-.101	.109	.066	.470
感受性	35	困っている人を見ると援助をしてあげたい	2.95	.77	-.037	.104	.033	.737	-.032	-.136	.061	.045	.552
	39	他人の幸せを自分のことのように感じることができる	2.71	.84	.076	.004	.016	.596	-.016	.027	.110	-.016	.416
	37	悲しくて泣いている人を見ると、自分も悲しい気持ちになる	2.94	.85	.003	-.067	-.019	.544	.019	.145	-.138	-.016	.340
情報要約力	3	手に入れた情報を使って、より価値の高いもの(資料等)を生み出せる	2.33	.68	-.038	.003	-.042	.001	.808	-.061	-.033	-.047	.566
	1	数多くの情報の中から、本当に自分に必要な情報を手に入らせる	2.65	.66	.058	-.069	.102	-.038	.532	.006	.082	.012	.331
	14	多くの情報をもとに自分の考えをまとめることができる	2.57	.73	.005	.134	.058	-.001	.444	.069	.049	.042	.391
自尊心	7	自分のことが好きである	2.64	.83	.017	.022	-.059	.015	-.001	.642	.057	.028	.449
	22	自分の今までの人生に満足している	2.57	.88	.059	-.086	.123	-.010	-.090	.640	.089	-.006	.477
	23	自分の行動に対して自信を持っている	2.38	.74	-.083	.121	-.003	.017	.065	.573	-.006	.011	.416
前向きな思考	6	嫌なことがあっても、いつまでもよくよと考える	2.47	.94	-.011	-.048	.041	.035	.016	-.002	.739	.007	.537
	36	困ったときでも「なんとかなるだろう」と楽観的に考えることができる	2.94	.92	-.010	-.097	-.148	.079	.055	.057	.559	.011	.318
	29	何かに失敗したときにすぐ自分はダメな人間だと思ってしまう(R)	2.33	.95	-.006	.138	-.008	-.178	-.040	.143	-.386	-.051	.290
対人マナー	15	目上の人の前では礼儀正しく振る舞うことができる	3.23	.68	.049	.020	-.081	-.028	.093	.047	-.070	.732	.558
	5	年上の人に対しては敬語を使うことができる	3.37	.71	-.059	-.015	.016	.009	-.067	-.015	.053	.613	.362
	28	初対面の人に対しては言葉遣い等に気を配ることができる	3.39	.71	-.005	-.036	.093	.037	-.051	.006	.000	.479	.257
寄与率(%)					18.1	7.3	6.7	4.0	3.4	3.1	2.2	1.9	46.7

注1) 色付きの因子は個人的スキル、そうでない因子は対人スキルを表す。
 注2) (R)：逆転項目

情報移入を表す「感受性」因子のネーミングを引用したものである。第5因子は、項目の内容からも情報を扱うスキルと考えられる。このような情報を扱うスキルの重要性は高度情報化社会を反映してか、中央教育審議会(1996)の第1次答申においても指摘されている。また斎藤(2001)は、「大量の散乱する情報の中から重要なものを選び出し、秩序立てて再構成する力」を要約力と呼んでおり、本研究においても項目の内容に沿う斎藤(2001)のネーミングをもとに「情報要約力」($\alpha=.65$)と命名した。第6因子は、現在のありのままの自分を肯定的にとらえることができるスキルの項目からなり、「自尊心」($\alpha=.68$)と命名した。第7因子は、落ち込んだときや失敗したとき、また困難に遭遇したときでも前向きに考えるスキルを表す項目からなり、「前向きな思考」($\alpha=.60$)と命名した。そして第8因子は、相手に対して好ましくない印象を与えないよう意識されたスキルの項目から構成されていることから、「対人マナー」($\alpha=.63$)と命名した。

日常生活スキル尺度(大学生版)の作成 本研究では、学生のライフスキルを8下位尺度24項目から多面的に測る尺度を作成した。作成された尺度には「日常生

活スキル尺度(大学生版)」というネーミングを与えた。

この尺度の各下位尺度に着目すると、「親和性」と「リーダーシップ」は、Brooks(1984)の「対人コミュニケーション・人間関係スキル」における「親密な人間関係の管理」と「集団活動への参加」をそれぞれ表していると考えられる。また、「計画性」は「若者のための社会的スキル」(Goldstein et al., 1986)における「計画のスキル」に相当し、「感受性」は、項目内容の類似性から共感性尺度(鈴木, 1992)における「感受性」に相当していると言えるだろう。次に、「情報要約力」は「問題解決・意志決定スキル」(Brooks, 1984)における「情報の評価と分析」を表し、「自尊心」も「アイデンティティ発達・人生の目的スキル」(Brooks, 1984)における「自尊心の維持」に相当していると言える。一方、ストレスへの緩衝効果を持つことが確認されているプラス思考(Owen, 1994)を表す「前向きな思考」は、WHO(1997)による「ストレスに対処するスキル」に相当し、目上や初対面の人に対する接し方としての「対人マナー」は、適切な方法で人と接触するスキルである「対人関係スキル」(WHO, 1997)を表していると考えられる。このように、各下位尺度にはライフスキルと

TABLE 2 尺度全体と各下位尺度の間における相関係数

②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	
.297***	.221***	.338***	.136***	.297***	.130***	.065	.597***	① 親和性
	.334***	.253***	.440***	.344***	.165***	.112**	.662***	② リーダーシップ
		.210***	.370***	.294***	.056	.215***	.610***	③ 計画性
			.173***	.197***	-.035	.170***	.520***	④ 感受性
				.351***	.158***	.141***	.593***	⑤ 情報要約力
					.380***	.068	.668***	⑥ 自尊心
						-.060	.426***	⑦ 前向きな思考
							.345***	⑧ 対人マナー
								⑨ 尺度全体

注) ** $p < .01$ *** $p < .001$ $N = 729$

しての因子的妥当性が認められ、本尺度は日々の生活を効果的に過ごすために必要なスキルを幅広くとらえていると言える。

次に、8つのスキルが日常生活の中でもどのような場面で展開されるスキルであるのか、項目内容を吟味しながらスキルの分類を試みた。その結果、主に個人場面で展開されるスキルを表す個人的スキル(計画性、情報要約力、自尊心、前向きな思考)と、主に対人場面で展開されるスキルを表す対人スキル⁵(親和性、リーダーシップ、感受性、対人マナー)、という2つに大きく分類された。この分類の妥当性を、内的一貫性と各分類における4因子の背後に「個人的スキル」、「対人スキル」という高次の概念をそれぞれ想定した2次の因子分析モデルの適合度から検討した。その結果、個人的スキル(4因子12項目、 $\alpha = .74$)と対人スキル(4因子12項目、 $\alpha = .75$)の内的一貫性は確保されており、モデルの適合度においても個人的スキル(GFI=.969, AGFI=.951, CFI=.944, RMSEA=.051)、対人スキル(GFI=.978, AGFI=.965, CFI=.977, RMSEA=.038)ともに適合が良いことが示された。前述した上野・中込(1998)のライフスキル尺度も、個人的スキル、対人スキルと命名された2つの下位尺度から構成されているが、日常生活スキル尺度はそれぞれのスキルをより多面的にとらえることができていると言えるだろう。

研究 2

目的

作成された日常生活スキル尺度(大学生版)の信頼性(下位尺度のみ)と妥当性(5%水準)を検討する。

方法

調査対象 関東地区の4大学における217名(男性

129名・女性88名:18.6±1.04歳)の学生で、その内121名(男性103名・女性18名:18.6±0.76歳)が再検査の対象となった。

調査時期 平成16年5月から6月にかけて実施し、再検査は2週間の間隔をおいて実施した。

手続き 一般教育担当教員の協力のもと、すべての調査は集団実施し、記入後その場で回収した。

調査内容 ①~④の各尺度、⑤の質問項目を対象者全員に実施した。

①日常生活スキル尺度(大学生版) 全8下位尺度24項目から、効果的に日常生活を過ごすために必要なライフスキルを測る尺度である。回答方法は4件法で、「ぜんぜん当てはまらない」を1点、「非常に当てはまる」を4点とし、得点が高いほどスキルが高いことを意味する。また、逆転項目の評定値は分析の際に反転処理された。

②心理的疾病徴候尺度 和田(1989)がホプキンス徴候チェックリスト(Derogatis, Lipman, Rickels, Uhlenhuth, & Covi, 1974)をもとに作成した尺度で、対人的敏感さ、抑うつ、不安の3下位尺度からなる。本研究では、各下位尺度の特徴を最もよく表していると思われるものを5項目ずつ用いた(計15項目)。これらは主に、個人的スキルの「前向きな思考」「自尊心」と負の相関関係にあると予測される。

③孤独感尺度 工藤・西川(1983)による改訂版UCLA孤独感尺度(Russell, Peplau, & Cutrona, 1980)の日本語版で、20項目(4件法)からなる。本研究の場合、対人スキルの「親和性」「リーダーシップ」「感受性」「対人マナー」が高い者ほど円滑な人間関係を形成・維持できると考えられ、孤独感も低いと予測される。

④生きがい感尺度 学生の生きがい感に関する自由記述をもとに近藤・鎌田(1998)が開発した尺度で、現状満足感、人生享楽、存在価値、意欲の4下位尺度31

⁴ スキルの意味としては社会的スキルと同義である。

⁵ 本研究では、スキルが展開される「対人場面」を強調するため、社会的スキルの代わりに「対人スキル」とした。

項目からなる。本研究では人生享楽を除いた3下位尺度を対象とし、因子負荷量が高い上位5項目を選び計15項目を採用した。これらは、日常生活スキル尺度のすべての下位尺度と正の相関関係にあることが予測される。

⑤学業成績、大学での授業に関する質問 5科目の成績に対して5段階評定を求め、それらの評定値の合計を自己評価による学業成績(以下、学業成績)とした。また、「大学での授業の内容に興味や関心がどの程度あるか」(以下、興味・関心)、「大学での授業で行われる課題や議論に積極的に参加しようという気持ちがどの程度あるか」(以下、参加意欲)、という2つの質問に対してそれぞれ7段階評定を求めた。これらは主に、個人的スキルの「計画性」「情報要約力」と正の相関関係にあると予測される。

結果と考察

信頼性 信頼性は集団依存的で多義的であるため、研究2では α 係数に加えて ω 係数と再検査信頼性から各下位尺度の信頼性を検討した。 ω 係数とは、「因子を構成する項目の因子負荷がすべて等しい」という制約を取り除いた上で因子の内的一貫性を算出する指標

TABLE 3 各下位尺度の信頼性の検討

	α 係数	ω 係数	再検査信頼性係数
親和性	.87	.87	.79
リーダーシップ	.82	.82	.77
計画性	.70	.70	.78
感受性	.76	.76	.78
情報要約力	.73	.72	.72
自尊心	.72	.70	.72
前向きな思考	.63	.69	.78
対人マナー	.71	.74	.72

注1) 再検査信頼性係数の値はいずれも $p < .001$

注2) 内的一貫性： $n=217$ 、再検査信頼性： $n=121$

である(室橋, 2003)。

その結果、 α 係数では1つの下位尺度においてやや低い値も見られるが、 ω 係数($\omega=.69\sim.87$)と再検査信頼性係数($r=.72\sim.79$, いずれも $p < .001$)はともにおおむね満足できる値を示しており(TABLE 3)、各下位尺度の内的一貫性と再検査信頼性はある程度支持されていると考えられる。

妥当性 分析を始める前に心理的疾患徴候尺度(和田, 1989)、生きがい感尺度(近藤・鎌田, 1998)から便宜的に取り出した項目をそれぞれ因子分析(最尤法・Promax回転)したところ、前者の尺度からは対人的敏感さ(5項目, $\alpha=.83$)、抑うつ(4項目, $\alpha=.75$)、不安(3項目, $\alpha=.68$)、後者の尺度からは現状満足感(5項目, $\alpha=.86$)、存在価値(5項目, $\alpha=.82$)、意欲(5項目, $\alpha=.85$)といった原版どおりの因子が抽出された。抽出された上記の6つの因子は、その後の妥当性の検討において使用した。TABLE 4には、前述した②~④の各尺度および⑤の質問項目と、日常生活スキル尺度の各下位尺度、尺度全体との相関関係を示す。

まず心理的疾患徴候尺度との関係であるが、対人的敏感さ、抑うつ、不安との間でいずれも $-.20$ 以下の有意な負の相関を示したのは「前向きな思考」(抑うつ; $r=-.342, p < .001$ ~対人的敏感さ; $r=-.409, p < .001$)と「自尊心」(対人的敏感さ; $r=-.217, p < .01$ ~抑うつ; $r=-.308, p < .001$)であった。この結果は、物事をポジティブにとらえる思考や肯定的な自己評価が精神的健康に寄与するという従来の知見と一致している(Lewinsohn, Mischel, Chaplin, & Barton, 1980; Owen, 1994)。

孤独感尺度との関係では、「計画性」と「対人マナー」を除いたすべての因子で $-.20$ 以下の有意な負の相関が認められ、特に「親和性」($r=-.612, p < .001$)、「リーダーシップ」($r=-.426, p < .001$)との間には $-.40$ 以下の相関

TABLE 4 各下位尺度と尺度全体の妥当性の検討

	対人的敏感さ	抑うつ	不安	孤独感	現状満足感	存在価値	意欲	学業成績	興味・関心	参加意欲
親和性	-.037	-.053	.012	-.612***	.411***	.440***	.399***	-.085	.178**	.117
リーダーシップ	-.080	-.184**	-.131	-.426***	.258***	.599***	.482***	.131	.129	.208**
計画性	-.154*	-.118	-.050	-.162*	.105	.174*	.280***	.120	.145*	.288***
感受性	.039	-.007	.100	-.337***	.152*	.331***	.174*	.067	.135*	.102
情報要約力	-.168*	-.230**	-.143*	-.222**	.210**	.457***	.484***	.307***	.197**	.256***
自尊心	-.217**	-.308***	-.254***	-.461***	.529***	.445***	.418***	.113	.216**	.209**
前向きな思考	-.409***	-.342***	-.382***	-.266***	.362***	.142*	.231**	.057	.065	.049
対人マナー	-.095	-.033	.085	-.055	-.008	-.031	-.031	.165*	.008	.027
尺度全体	-.264***	-.273***	-.188**	-.609***	.483***	.614***	.591***	.199**	.260***	.305***

注) * $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$ $N=217$

が見られた。また、個人的スキルを表す「自尊心」($r = -.461, p < .001$)との間にも、中程度の負の相関が見られた。工藤・西川(1983)も、孤独感の強い者ほど自尊心が低いという傾向があることを示している。一方、「対人マナー」は対人スキルの中で唯一、孤独感と有意な負の相関を示さなかった。このことに関して、和田(1992)は、工藤・西川(1983)の孤独感尺度を用いて学生の孤独感に影響を与えている心理的要因を検討し、友人との関係から得られるソーシャルサポートが孤独感を強く規定していることを明らかにしている。すなわち、「対人マナー」は友人との関係よりも主に目上や年上の人との関係で展開されるスキルであるために、孤独感と関連性が低いと推測された。

次に、生きがい感尺度との関係では、「対人マナー」を除いたすべての日常生活スキル尺度の下位尺度は、現状満足感(情報要約力; $r = .210, p < .01$ ~自尊心; $r = .529, p < .001$), 存在価値(感受性; $r = .331, p < .01$ ~リーダーシップ; $r = .599, p < .001$), 意欲(前向きな思考; $r = .231, p < .01$ ~情報要約力; $r = .484, p < .001$), のように生きがい感尺度のいずれかの下位尺度との関係において.20以上の有意な相関を示した。

最後に、学業成績との関係で、.20以上の有意な相関を示したのは「情報要約力」($r = .307, p < .001$)のみであった。学業成績と有意な正の相関にあると思われた「計画性」($r = .120$)にはそのような関係は認められなかったが、参加意欲では「計画性」($r = .288, p < .001$), 「情報要約力」($r = .256, p < .001$)においてそれぞれ.20以上の有意な相関が認められており、これら2つのスキルが効果的な学習を促進する傾向にあることが示された。

以上の結果、尺度全体と各下位尺度の構成概念妥当性はおおむね支持されたと言えるが、特に「対人マナー」については、既成の社会的スキルの尺度との関連等からも妥当性を検討していく必要があるだろう。

総合的考察

ライフスキルを測る多次元尺度の開発

本研究は、Brooks(1984)とWHO(1997)によるライフスキルの記述と、ライフスキルに内包される社会的スキルの既成の尺度等をもとに、「効果的に日常生活を過ごすために必要な学習された行動や内面的な心の働き」と定義した学生のライフスキルを多面的に測る「日常生活スキル尺度(大学生版)」を開発した。本尺度はデータへの適合もよく、各下位尺度と尺度全体にはおおむね満足できる信頼性・妥当性が確保されており、学生が個人場面と対人場面で展開される自己の8つの

スキルを客観的に理解する上で役に立つと考えられる。しかし、1下位尺度あたり3項目ということもあり、各因子名が表している内容を十分に説明できている保証はない。そのため、本尺度のみで個人の得点を評価する際は極めて慎重な解釈が必要であると言える。測定領域が限定された既成の一次元尺度や、他者評定法等を併用しながら総合的に個人の得点を判断していくことが望ましいだろう。また、尺度構成の過程において分析の都合上除外された項目もあり、内容面に関しては改善の余地が残されている。一方、飯田・石隈(2003)も述べているように、個人のスキルを測る多次元尺度を開発する必要性は日本では高く、尺度として開発した本研究の意義はあると言えるだろう。

尺度の活用—学生、大学側の視点から—

多次元尺度を用いて自己のスキルの状態を客観的に理解することは、自分はどのようなことを得意とし、また不得意としているのかを明確にし、普段抱えている悩みや不安が自分のどの側面に起因しているのかを理解する上で非常に重要であると言われる(飯田・石隈, 2002)。その上で本尺度は、学生の自己理解を日常生活における個々の行動や内面的な心の働きから促進することができると言える。また、学生の間人形成の促進という意味では、本尺度を通して自己評価が低い、すなわち特に高めていく必要があるスキルが意識化され、「ライフスキルを高める」という内発的動機づけを日常生活場面に反映させることができるのではないかと考えられる。そのためには、本尺度を学生のライフスキルの向上を目的としたプログラム上で実施し、指導者等による適切な働きかけも必要と言えるだろう。

次に、大学側における尺度の活用について、その可能性を述べる。今日における学生の問題傾向の増加を受け、窪田・川北・松尾・荒木(2001)は、自発的に学生相談室を訪れることがないような学生に対してもその利用を促すことを目的とし、大学のコミュニティ全体で広報・啓発活動を展開している。また、ある国立大学法人では、学生の自殺防止策として心理的に深く落ち込んでいる学生をデータベース化し、その後の予防に役立てようとしている。このような大学側による学生支援の質の向上を検討するとき、その質の向上に寄与することができる手段の1つとして、本研究で開発した日常生活スキル尺度の活用が挙げられよう。なぜならば、本尺度は現場で簡便に実施可能であり、項目数が多いことで生じる回答への偏向を防ぎ、信頼あるデータを収集できると考えられるからである。そのため、学生が持つライフスキルの一般的傾向の把握や、

問題を抱えている学生のスクリーニング等に役立てていくことができると考えられる。

今後の課題

今後の主な課題としては、日常生活スキル尺度で測られる8つのスキルを規定している要因の検討が挙げられる。各スキルに影響を与えている要因が徐々に明らかにされていけば、スキルの向上を促進する学生自身による活動内容や、大学側の学生に対する効果的な指導プログラムの検討が可能になると考えられる。また、各下位尺度の質を再検討 (e.g., 項目数, 内容, 信頼性) していくことも必要であろう。

引用文献

- Brooks, D. K., Jr. 1984 *A life-skills taxonomy : Defining elements of effective functioning through the use of the Delphi technique*. Unpublished doctoral dissertation, University of Georgia, Athens.
- 中央教育審議会 1996 21世紀を展望した我が国の教育の在り方 第1次答申 文部省 Pp.17-24.
- Cohen, S., Sherrod, D. R., & Clark, M. S. 1986 Social skills and the stress-protective role of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, **50**, 963-973.
- Danish, S. J., Petitpas, A. J., & Hale, B. D. 1995 Psychological interventions : A life development model. In S. M. Murphy (Eds.), *Sport psychology interventions*. Champaign, IL : Human Kinetics. Pp.19-38.
- Darden, C. A., Ginter, E. J., & Gazda, G. M. 1996 Life-Skills Development Scale-Adolescent Form : The theoretical and therapeutic relevance of life-skills. *Journal of Mental Health Counseling*, **18**, 142-163.
- Derogatis, L. R., Lipman, R. S., Rickels, K., Uhlenhuth, E. H., & Covi, L. 1974 The Hopkins Symptom Checklist (HSCL) : A self-report symptom inventory. *Behavioral Science*, **19**, 1-15.
- Evans, G. T., & Poole, M. E. 1987 Adolescent concerns : A classification for life skill areas. *Australian Journal of Education*, **31**, 55-72.
- Ginter, E. J. 1999 David K. Brooks' contribution to the developmentally based life-skills approach. *Journal of Mental Health Counseling*, **21**, 191-202.
- Goldstein, A. P., Sprafkin, R. P., Gershaw, N. J., & Klein, P. 1986 The adolescent : Social skill training through structured learning. In G. Cartledge & J. F. Milburn (Eds.), *Teaching social skills to children*. New York : Pergamon Press.
- Gresham, F. M., & Elliott, S. N. 1984 Assessment and classification of children's social skills : A review of methods and issues. *School Psychology Review*, **13**, 292-301.
- 飯田順子・石隈利紀 2002 中学生の学校生活スキルに関する研究—学校生活スキル尺度 (中学生版) の開発— 教育心理学研究, **50**, 225-236. (Iida, J., & Ishikuma, T. 2002 School-life skills scale : Development of a junior high school student form. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **50**, 225-236.)
- 飯田順子・石隈利紀 2003 中学生のスキルを測定する尺度の開発に関する研究の動向 筑波大学心理学研究, **26**, 213-228. (Iida, J., & Ishikuma, T. 2003 Development of scales measuring skills in junior high school students : An overview of studies. *Tsukuba Psychological Research*, **26**, 213-228.)
- Kadish, T. E., Glaser, B. A., Calhoun, G. B., & Ginter, E. J. 2001 Identifying the developmental strengths of juvenile offenders : Assessing four life-skills dimensions. *Journal of Addictions and Offender Counseling*, **21**, 85-95.
- Kano, Y., & Harada, A. 2000 Stepwise variable selection in factor analysis. *Psychometrika*, **65**, 7-22.
- 菊池章夫 1988 思いやりを科学する 川島書店 Pp.187-204.
- 近藤 勉・鎌田次郎 1998 現代大学生の生きがい感とスケール作成 健康心理学研究, **11**, 73-82. (Kondo, T., & Kamada, J. 1998 The sense of a life worth living among contemporary college students and its Scale. *Japanese Journal of Health Psychology*, **11**, 73-82.)
- 窪田由紀・川北美輝子・松尾温夫・荒木史代 2001 キャンパス・トータル・サポート・プログラムの展開に向けて—大学コミュニティ全体への統合的アプローチの試み— 学生相談研究, **22**, 227-238.

- (Kubota, Y., Kawakita, M., Matsuo, A., & Araki, F. 2001 For the promotion of "campus total support program": Some attempts at integrated approaches to the whole university community. *Student Counseling Journal*, **22**, 227-238.)
- 工藤 力・西川正之 1983 孤独感に関する研究(1) —孤独感尺度の信頼性, 妥当性の検討— 実験社会心理学研究, **22**, 99-108. (Kudoh, T., & Nishikawa, M. 1983 A study of the feeling of loneliness (I): The reliability and validity of the revised UCLA Loneliness Scale. *Japanese Journal of Experimental Social Psychology*, **22**, 99-108.)
- Landman, J. T., Irvin, L. K., & Halpern, A. S. 1980 Measuring life skills of adolescents: Tests for everyday living (TEL). *Measurement and Evaluation in Guidance*, **13**, 95-106.
- Lewinsohn, P. M., Mischel, W., Chaplin, W., & Barton, R. 1980 Social competence and depression: The role of illusory self-perceptions. *Journal of Abnormal Psychology*, **89**, 203-212.
- 室橋弘人 2003 共分散構造分析 [疑問編] —構造方程式モデリング— 豊田秀樹編著 朝倉書店 Pp.79-81.
- Owen, R. L. 1994 "Thinking positive" as a stress buffer: The role of positive automatic cognitions in depression and happiness. *Journal of Counseling Psychology*, **41**, 325-334.
- Picklesimer, B. K., & Miller, T. K. 1998 Life-Skills Development Inventory-College Form: An assessment measure. *Journal of College Student Development*, **39**, 100-110.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. 1980 The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, **39**, 472-480.
- 齋藤憲司 2002 学生相談—最近の動向1999~2001— 学生相談研究, **23**, 105-114. (Saito, K. 2002 Student counseling in Japan: The present situation and trend 1999-2001. *Student Counseling Journal*, **23**, 105-114.)
- 斎藤 孝 2001 子どもに伝えたい<三つの力>—生きる力を鍛える— NHK ブックス Pp.43-56.
- 庄司一子・小林正幸・鈴木聡志 1989 子どもの社会的スキルに関する展望(1)—概念的的研究— 教育相談研究, **27**, 59-70.
- 庄司一子 1991 社会的スキルの尺度の検討 教育相談研究, **29**, 18-25. (Shoji, K. 1991 Development of social skills-rating scale: Its reliability and validity. *Bulletin of Counseling and School Psychology*, **29**, 18-25.)
- 鈴木隆子 1992 向社会的行動に影響する諸要因—共感性・社会的スキル・外向性— 実験社会心理学研究, **32**, 71-84. (Suzuki, T. 1992 Some factors influencing prosocial behavior: Empathy, social skill and extraversion. *Japanese Journal of Experimental Social Psychology*, **32**, 71-84.)
- 豊田秀樹 1992 SASによる共分散構造分析 東京大学出版会 Pp.99-118.
- 上野耕平・中込四郎 1998 運動部活動への参加による生徒のライフスキル獲得に関する研究 体育学研究, **43**, 33-42. (Ueno, K., & Nakagomi, S. 1998 A study on the acquisition of life skills through the participation in athletic club. *Japanese Journal of Physical Education, Health and Sport Sciences*, **43**, 33-42.)
- 和田 実 1989 ソーシャル・サポート (Social Support) に関する一研究 東京学芸大学紀要, **40**, 23-38.
- 和田 実 1992 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**, 386-393. (Wada, M. 1992 Effects of social supports on freshmen's psychological factors. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **40**, 386-393.)
- WHO 川畑徹朗他(監訳) 1997 WHO ライフスキル教育プログラム 大修館書店 Pp.11-30.
- 山本嘉一郎・小野寺孝義 1999 Amosによる共分散構造分析と解析事例 ナカニシヤ出版 Pp.1-22.

謝 辞

本論文を作成するにあたりご助言をいただきました東京工業大学教授の前川眞一先生, 各調査協力校の先生方ならびに学生の皆さん, そして貴重なご指摘を多数いただきました査読者の皆様に心より御礼申し上げます。

(2004.11.12 受稿, '05.10.3 受理)

Development of a Daily Life Skills Scale for College Students

*KOHEI SHIMAMOTO AND MOTONOBU ISHII (GRADUATE SCHOOL OF DECISION SCIENCE AND TECHNOLOGY,
TOKYO INSTITUTE OF TECHNOLOGY) JAPANESE JOURNAL OF EDUCATIONAL PSYCHOLOGY, 2006, 54, 211-221*

The purpose of the present study was to develop a multi-dimensional self-rating scale that would enable the measurement of the level of life skills, including social skills, in college students. Life skills were defined as any learned behavior and the internal workings of the mind necessary for effective living. The items were developed based on items and descriptions from previous studies on life skills and social skills. The questionnaire, which was comprised of 42 items selected from an examination of content validity and from a preliminary study, was completed by 729 college students. Exploratory factor analysis showed that the scale had 8 sub-scales, which were classified into 2 general skills: skills used mainly in personal situations (planning, knowledge summarization, self-esteem, and positive thinking), and skills used generally in interpersonal situations (intimacy, leadership, empathy, and interpersonal manner). We named the scale the Daily Life Skills Scale: College Student Form. Some fit indices indicated that the scale fit the data well, and its subscale and total scale scores were moderately reliable and valid.

Key Words : life skills, personal skills, interpersonal skills, multi-dimensional scale, college students