

「研究論文」

小・中・高校生の学校および家族生活ストレスと

ストレス反応との関連に関する縦断的研究

谷口弘一（教育学部人間発達講座）

Abstract

This study examined longitudinally the relationships between school and home stressors (school work, friends, teachers, and parents) and stress responses (irritated-angry emotion, depressive-anxious emotion, cognition-thought of helplessness, and physical response). The participants were 124 sixth-year elementary school students, 288 first-year junior high school students, and 242 first-year high school students. The surveys were carried out at the beginning, the middle, and the end of a school year. School work stressor was significantly and consistently correlated with cognition-thought of helplessness. Teacher stressor was also significantly and consistently related to irritated-angry emotion. Moreover, friend stressor was significantly and consistently correlated with depressive-anxious emotion.

Key words: school and home stressors, stress responses, elementary school students, junior high school students, high school students.

問題と目的

本研究の目的は、小・中・高校生を対象にして、学校および家族生活のストレスとストレス反応との関連について、1年間にわたる縦断的検討を行うことである。

学校ストレスの時系列的变化に関して、Brown & Armstrong (1982) は、中学校の女子新入生を対象にした研究により、1学期から2学期にかけて、友人関係のストレスを経験する生徒の割合が減少する一方で、学業のストレスを経験する生徒の割合が増加することを明らかにした。また、三浦・坂野 (1996) は、1学期間 (4月～7月) において、中学生が経験する学業ストレスが5、6月に高くなること、そして、友人関係ストレスが6月以降低くなることをそれぞれ見いだした。さらに、谷口 (2008, 2013) は、小・中・高校生を対象にした1年間にわたる調査により、学業ストレスが入学後半年ほど経過した時点で多くなること、そして、教師ストレスが学年の後半になって増加することをそれぞれ確認した。

心身の健康状態や学校適応の時系列的变化については、Hirsh & Rapkin (1987)が、中学校入学後半年から一年の間に、自尊心が上昇する一方で、学校満足感、授業への関与、教師への肯定的態度が低下することを見いだした。また、耳塚・苅谷・濱名・庄 (1983) は、教師関係を主とした学校生活状況が中学1年の6月まで上昇し、6月から11月にかけて悪化したあと、再度、2年から3年にかけて上昇すること、授業の理解度が1年から2年にかけて低下することを示した。三浦・坂野 (1996) の研究では、学年によって時系列的变化の特徴が異なっていた。具体的には、中学1年生で、4月から5月にかけてストレス反応が低下していた。2年生では、4月に不機嫌・怒り感情や無気力反応が高く、6月に身体的反応が高くなっていた。3年生では、4月から7月までの4か月間を通して、ストレス反応がほぼ変化することなく一定であった。小・中・高校生を対象にした谷口 (2008, 2013) の研究では、小学生の不機嫌・怒り感情、中学生の抑うつ・不安、高校生の不機嫌・怒り、抑うつ・不安、無気力、身体的反応がそれぞれ年間を通して時間の経過とともに上昇していた。

以上のように、学校ストレスナーならびに心身の健康状態や学校適応の時系列的变化については、これまでに数多くの研究によって検討がなされてきた。その一方で、学校ストレスナーと心身の健康状態との関連における時系列的变化については、ほとんど研究が行われていない。両者の関連を検討した研究は、その多くが横断的研究である (三浦・川岡, 2008; 大前, 1999; 岡安・嶋田・丹羽・森・矢富, 1992; 坂・真中, 2002; 嶋田, 1998; 嶋田・鈴木・神村・国分・坂野, 1995)。

そこで、本研究では、谷口 (2008, 2013) のデータを用いて、学校および家庭生活ストレスナーとストレス反応との関連における時系列的变化について検討を行った。

方法

調査参加者と調査時期

公立小学校6年生124名 (男子57名, 女子67名), 公立中学校1年生288名 (男子145名, 女子143名), 公立高校1年生242名 (男子114名, 女子128名) が調査に参加した。調査実施時期は、1回目が6月上旬～7月中旬, 2回目が12月上旬～中旬, 3回目が2月下旬～3月中旬であった。

調査内容

調査用紙には、フェイスシートに記載された回答者の個人的属性を質問する項目の他に、以下に挙げる尺度が含まれていた。3回の調査とも、同一の尺度が使用された。

学校および家族生活のストレッサー 三浦・福田・坂野（1995）が作成した中学生用学校ストレッサー測定尺度を用いた。この尺度は、学業、教師との関係、友人との関係、部活動の4つの下位尺度から構成されている。小学生に対しては、部活動を除く3つの下位尺度について、各5項目ずつ合計15項目を用いた。中・高校生に対しては、4つの下位尺度について、各4項目ずつ合計16項目を用いた。この他に、小・中・高校生を対象にした自由記述による事前調査をもとに、親との関係のストレッサーを測定する項目を作成し、小学生には5項目、中・高校生には4項目を新たに追加した。全20項目に対して、最近数ヶ月間の経験頻度を4件法（1=全然なかった～4=よくあった）で評定させた。下位尺度ごとに各項目の得点を合計してストレッサー得点を算出した。得点が高いほどストレッサーの経験頻度が高いことを示す。本尺度は、谷口（2008, 2013）によって、十分な信頼性をもつことが確認されている。

ストレス反応 三浦・福田・坂野（1995）によって作成された中学生用ストレス反応尺度の中から、因子負荷量を考慮して、4つの下位尺度（不機嫌・怒り、抑うつ・不安、無気力、身体的反応）から各5項目ずつ計20項目を選択して用いた。調査参加者は、各項目によって示されている気持ちや体の調子が、最近の自分にどの程度当てはまるかに基づいて、4件法（1=全く違う～4=その通りだ）で評定を行った。下位尺度ごとに各項目の得点を合計してストレス反応得点を算出した。得点が高いほどストレス反応の程度が高いことを示す。本尺度は、谷口（2008, 2013）によって、十分な信頼性をもつことが確認されている。

結果と考察

各調査時点におけるストレッサーとストレス反応との関連を Table 1 に示す。

小学生では、単相関の結果、親との関係が、一貫して、多くのストレス反応と有意な正の相関を示した（ $r=.26\sim.49$ ）。重回帰分析の結果、学業が、測定時期に関わらず、無気力（1学期： $\beta=.31, p<.01$ ；2学期： $\beta=.34, p<.01$ ；3学期： $\beta=.45, p<.01$ ）と有意な関連があった。

中学生では、単相関の結果、いずれのストレッサーも各ストレス反応と有意な正の相関を示した。重回帰分析の結果、学業は、測定時期に関わらず、無気力（1学期： $\beta=.19, p<.01$ ；2学期： $\beta=.25, p<.01$ ；3学期： $\beta=.35, p<.01$ ）と有意な関連があった。とりわけ、経験頻度が増加する3学期（谷口, 2008）では、不機嫌・怒り（ $\beta=.20, p<.01$ ）、抑うつ・不安（ $\beta=.22, p<.01$ ）、身体的反応（ $\beta=.20, p<.01$ ）とも有意な関連を示した。教師との関係は、一貫して、不機嫌・怒りと関連があった（1学期： $\beta=.34, p<.01$ ；2学期： $\beta=.23, p<.01$ ；3学期： $\beta=.24, p<.01$ ）。特に、小学校から中学校への環境移行期にあたる1学期、ならびに、ストレッサーの経験頻度が増える3学期（谷口, 2008）では、抑うつ・不安（1学期： $\beta=.15, p<.05$ ；3

学期: $\beta = .13, p < .05$), 無気力 (1 学期: $\beta = .32, p < .01$; 3 学期: $\beta = .21, p < .01$), 身体的反応 (1 学期: $\beta = .30, p < .01$; 3 学期: $\beta = .31, p < .01$) とも有意な関連を示した。1 学期における結果は, 小学校から中学校への環境移行期における教師との関係の重要性を示唆するものである。友人との関係は, 3 回の調査時期いずれにおいても, 抑うつ・不安 (1 学期: $\beta = .32, p < .01$; 2 学期: $\beta = .34, p < .01$; 3 学期: $\beta = .24, p < .01$), 不機嫌・怒り (1 学期: $\beta = .18, p < .01$; 2 学期: $\beta = .26, p < .01$; 3 学期: $\beta = .12, p < .05$), 身体的反応 (1 学期: $\beta = .24, p < .01$; 2 学期: $\beta = .17, p < .01$; 3 学期: $\beta = .13, p < .05$) とそれぞれ有意な関連を示した。親との関係は, 一貫して, 不機嫌・怒りと関連があった (1 学期: $\beta = .23, p < .01$; 2 学期: $\beta = .20, p < .01$; 3 学期: $\beta = .19, p < .01$)。

Table 1 学校および家族生活ストレスとストレス反応との関連

	1学期				2学期				3学期			
	不機嫌 怒り	抑うつ 不安	無気力	身体的 反応	不機嫌 怒り	抑うつ 不安	無気力	身体的 反応	不機嫌 怒り	抑うつ 不安	無気力	身体的 反応
小学生												
学業	.04 (.15)	.25* (.34)**	.31** (.43)**	.20 (.36)**	-.11 (.05)	-.10 (.03)	.34** (.42)**	-.11 (.07)	-.08 (.03)	.09 (.12)	.45** (.49)**	.04 (.15)
教師関係	.12 (.24)*	-.07 (-.02)	.19* (.34)**	.13 (.23)*	.20* (.25)**	.05 (.01)	.14 (.22)*	.16 (.14)	.07 (.11)	-.13 (-.01)	-.01 (-.19)	-.04 (.09)
友人関係	.07 (.22)*	.20 (.36)**	-.09 (.17)	.08 (.27)**	.08 (.18)	.41** (.39)**	.01 (.20)*	.27* (.33)**	.05 (.17)	.20 (.20)*	-.08 (.13)	.05 (.12)
親関係	.20 (.34)**	.06 (.26)**	.32** (.49)**	.34** (.48)**	.26* (.32)**	-.03 (.11)	.13 (.32)**	.15 (.26)**	.24* (.26)**	.11 (.15)	.28** (.41)**	.35** (.36)**
R^2	.10	.16**	.33**	.29**	.14**	.15**	.22**	.14**	.07	.08	.34**	.14**
中学生												
学業	.03 (.27)**	.06 (.22)**	.19** (.33)**	.03 (.16)**	.05 (.24)**	.03 (.20)**	.25** (.38)**	.14* (.27)**	.20** (.41)**	.22** (.36)**	.35** (.33)**	.20** (.43)**
教師関係	.34** (.44)**	.15* (.23)**	.32** (.39)**	.30** (.38)**	.23** (.36)**	-.08 (.12)*	.13* (.28)**	.11 (.26)**	.24** (.40)**	.13* (.28)**	.21** (.41)**	.31** (.32)**
友人関係	.18** (.33)**	.32** (.42)**	.05 (.19)**	.24** (.32)**	.26** (.36)**	.34** (.39)**	.03 (.16)**	.17** (.27)**	.12* (.28)**	.24** (.36)**	-.02 (.26)**	.13* (.15)*
部活動	.07 (.27)**	.11 (.25)**	-.04 (.17)**	-.03 (.15)*	.01 (.17)**	.13* (.19)**	.13* (.25)**	.13* (.24)**	.07 (.24)**	.01 (.17)**	-.02 (.19)**	.01 (.18)**
親関係	.23** (.39)**	.05 (.23)**	.17 (.33)**	.06 (.21)**	.20** (.35)**	.20** (.28)**	.18** (.34)**	.12 (.27)**	.19** (.43)**	.05 (.31)**	.08 (.27)**	-.01 (.33)**
R^2	.33**	.22**	.25**	.20**	.25**	.22**	.23**	.17**	.32**	.22**	.25**	.23**
高校生												
学業	.04 (.14)*	.06 (.12)	.27** (.32)**	-.07 (.03)	.12 (.11)	.13 (.12)	.31** (.29)**	.17* (.16)*	.12 (.17)**	.10 (.12)	.24** (.33)**	-.02 (.05)
教師関係	.34** (.39)**	.16* (.26)**	.07 (.17)**	.20** (.25)**	.37** (.42)**	.10 (.14)*	.07 (.09)	.23** (.28)**	.35** (.41)**	.12 (.23)**	.15* (.24)**	.19* (.27)**
友人関係	.08 (.21)**	.21** (.28)**	.10 (.15)*	.10 (.19)**	.22** (.32)**	.16* (.19)**	.10 (.09)	.15* (.23)**	.13 (.28)**	.31** (.36)**	.14* (.20)**	.13 (.23)**
部活動	.03 (.16)*	.01 (.12)	-.10 (-.01)	-.00 (.10)	.01 (.09)	.03 (.09)	-.04 (.00)	.05 (.10)	.04 (.14)*	.06 (.18)**	-.08 (.03)	.05 (.13)
親関係	.04 (.15)*	.01 (.11)	.09 (.22)**	.15* (.16)*	.00 (.13)*	.03 (.13)*	-.00 (.14)*	.01 (.14)*	.04 (.23)**	-.06 (.08)	.16* (.31)**	.10 (.17)**
R^2	.16**	.10**	.13**	.09**	.25**	.07**	.11**	.13**	.21**	.16**	.19**	.10**

数値は標準偏回帰係数, 括弧内は単相関係数 * $p < .05$, ** $p < .01$

高校生では, 単相関の結果, 教師との関係, 友人との関係, 親との関係が, 一貫して, 多くのストレス反応と有意な正の相関を示した (教師関係: $r = .14 \sim .42$; 友人関係: $r = .15 \sim .36$; 親関係: $r = .13 \sim .31$)。重回帰分析の結果, 教師との関係は, 測定時期に関わらず, 不機嫌・怒り (1 学期: $\beta = .34, p < .01$; 2 学期: $\beta = .37, p < .01$; 3 学期: $\beta = .35, p < .01$), 身体的反応 (1 学期: $\beta = .20, p < .01$; 2 学期: $\beta = .23, p < .01$; 3

学期: $\beta = .19, p < .05$) と有意な関連があった。とりわけ、経験頻度が増加する3学期(谷口, 2008)では、無気力とも有意な関連を示した($\beta = .15, p < .05$)。学業は、一貫して、無気力と関連があった(1学期: $\beta = .27, p < .01$; 2学期: $\beta = .31, p < .01$; 3学期: $\beta = .24, p < .01$)。特に、経験頻度が増える2学期(谷口, 2008)では、身体的反応とも関連をもっていた($\beta = .17, p < .05$)。友人との関係は、3回の調査時期いずれにおいても、抑うつ・不安と有意な関連を示した(1学期: $\beta = .21, p < .01$; 2学期: $\beta = .16, p < .05$; 3学期: $\beta = .31, p < .01$)。

本研究において、1, 2, 3学期のいずれの時点においても常に有意な関連を示したストレスとストレス反応は、小・中・高校生を対象とした横断的研究(嶋田, 1998; 嶋田他, 1995; 岡安他, 1992)においても、特に強い関連を持つことが確認されている。これらのことから、特定のストレスは、測定時期に関わらず一貫して、特定のストレス反応と結びつく傾向にあることが明らかとなった。

引用文献

- Brown, J. M., & Armstrong, R. (1982). The structure of pupils' worries during transition from junior to secondary school. *British Educational Research Journal*, **8**, 123-131.
- Hirsch, B. J., & Rapkin, B. D. (1987). The transition to junior high school: A longitudinal study of self-esteem, psychological symptomatology, school life, and social support. *Child Development*, **58**, 1235-1243.
- 耳塚寛明・荻谷剛彦・濱名陽子・庄 健二 (1983). 小・中学校における学校生活の変容過程に関する継時的研究 (I) 東京大学教育学部紀要, **23**, 77-100.
- 三浦正江・福田美奈子・坂野雄二 (1995). 中学生の学校ストレスとストレス反応の継時的变化 日本教育心理学会第36回総会発表論文集, 555.
- 三浦正江・川岡 史 (2008). 高校生用学校ストレス尺度 (SSS) の作成 カウンセリング研究, **41**, 73-83.
- 三浦正江・坂野雄二 (1996). 中学生における心理的ストレスの継時的变化 教育心理学研究, **44**, 368-378.
- 大前素彦 (1999). 中学生のストレスとコーピング及びストレス反応との関係 和歌山大学教育学部教育実践研究指導センター紀要, **9**, 1-8.
- 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連 心理学研究, **63**, 310-318.
- 坂 晴己子・真中陽子 (2002). 高校生の学校ストレスとソーシャル・サポートおよびコーピングとの関連 明治学院大学文学研究科心理学専攻紀要, **7**, 9-18.
- 嶋田洋徳 (1998). 小中学生の心理ストレスと学校不適応に関する研究 風間書房
- 嶋田洋徳・鈴木敏城・神村栄一・國分康孝・坂野雄二 (1995). 高校生の学校ストレスとストレス反応との関連 日本カウンセリング学会第28回大会発表論

文集, 142-143.

谷口弘一 (2008). 中・高校生の学校および家族生活ストレスに関する縦断的研究
同志社心理, **55**, 241-245.

谷口弘一 (2013). 小学生の学校および家族生活ストレスに関する縦断的研究 教
育実践総合センター紀要, **12**, 81-85.