

# 特性不安および生活上のストレスと 中学生時の不登校傾向との関連

野 島 正 剛 (上田女子短期大学幼児教育学科)  
三 好 和 子 (聖徳大学人文学部臨床心理学科)

## 要約

不登校児童生徒は年々増加し、2002年の文部科学省による学校基本調査では、国・公・私立の小・中学校で、2001年度に不登校を理由に30日以上欠席した児童生徒数は、小学生26,511人、中学生112,211人の合計138,722人であり、調査開始以来最多となっており、社会的に大きな問題意識と関心が寄せられている。

本稿は、千葉県内にある某私立女子大学生176名を対象に、集団自記式の質問紙を、回想法を用いて中学生時の不登校傾向を測定し、特性不安と生活上のストレスとの関連を検討したものである。対象者を不登校傾向により3群（不登校傾向群、不安定群、一般群）に分類し分析を行った結果、不登校の発生に関しては、特性不安との関連が認められ、学校での集団生活や日常生活上のストレス、特に友人関係のストレスについて関連が認められた。以上のことから、不登校の予防において、変動可能なストレス軽減の方法を考えると、学校集団場面でのストレスおよび友人関係上のストレスを軽減させる事が重要であることが示唆された。

Key Words: 不登校 STAI 特性不安 日常生活ストレス 教育相談

## 1. 問題と目的

文部科学省の学校基本調査においては、「不登校児童生徒」を「何らかの心理的、情緒的、身体的あるいは社会的要因・背景により、登校しないあるいはしたくともできない状況にあるため年間30日以上欠席した者のうち、病気や経済的な理由による者を除いたもの」としている。

不登校についての調査は、1966年に50日以上欠席した児童生徒を対象に行われており、この時点では小・中学校の合計で16,716人であった。その後不登校児童生徒は年々増加し、2002年の文部科学省による学校基本調査では、国・公・私立の小・中学校で、2001年度に不登校を理由に30日以上欠席した児童生徒数は、小学生26,511人、中学生112,211人の合計138,722人であり、調査開始以来最多となっており、社会的に大きな問題意識と関心が寄せられている。2003年の学校基本調査では、2002年度間に不登校を理由に30日以上欠席した児童生徒数は、小学生25,869人、中学生105,342人の合計131,211人で、30日以上長期欠席者の調査を開始した平成3年度以降、不登校は初めて減少した。

不登校がなぜ起こるのかについて文部科学省は「不登校となった直接のきっかけ」として大まかに「家庭生活に起因」「学校生活に起因」「本人の問題に起因」の三つをあげている(表1)。不登校に関する先行研究でも、おおむねこの三つのいずれかを原因とするか、もしくはこの三つのうち二つを組み合わせる複合的なものを原因とする傾向がみられる。

不登校は過去には学校恐怖症とも呼ばれ、鑓(1963)は学校恐怖症の形成要因として、①担任教師が恐怖の対象となっている。②集団的協力を要するものが苦手である。③父親のルールに対する自身の欠如や母親のしめる強い地位と内的緊張の高いこと、そして子どもへの期待と過保護—依存の親子関係がみられる。④年齢にともなう発達過程上の性格構造を経過していない。⑤現実経験を拒否しなければ自己概念を維持することができない、の5点をあげている。また、小沢(1969)は、原因を家庭にみいだしており、父母自身の生活史、あるいは歴史的な家族史の流れの中に要因があると見た。長い歴史の中で、無意識にうけついできたもの、あるいはうけつぐことを拒否してきたものが、子どもに影響をおよぼし、それが子どものうちに含まれて、どのような葛藤を生じさせたのかに、一因があるとしている。白橋(1982)は、登校拒否(不登校)は児童のパーソナリティーの発達上のつまづきが学校不適応の形で表現したものであるととらえ、パーソナリティーの形成に家庭の要因が大きいとしながらも、その成因として、児童と家庭、学校内の問題、社会文化的背景の変換を挙げ、「家庭」「学校」「本人」に社会文化的背景という要因を加え、これらが相互に関連しあっ

て生じるものであるとしている。

表1 文部科学省による「不登校になった直接のきっかけ」質問項目

区 分	内 容
学校生活に起因	友人関係をめぐる問題
	教師との関係をめぐる問題
	学業の不振
	クラブ活動，部活動等への不適應
	学校のきまり等をめぐる問題
	入学，転籍入学，進級時の不適應
家庭生活に起因	家庭の生活環境の急激な変化
	親子関係をめぐる問題
	家庭内の不和
本人の問題に起因	病気による欠席
	その他本人に関わる問題

近年、上述の「家庭生活に起因」「学校生活に起因」「本人の問題に起因」という枠組みに加え、「生活上のストレス」という観点からの研究が行われるようになった。三川（1988）は、中学生・高校生・大学生の生活ストレッサー（ストレスの高い生活事件）の因子を5つの領域（病気や離別、学業上の問題、対人関係での問題、転居・転校、卒業・進学）に見いだしている。また菊島（1997）は、高校時代における不登校の直接的要因として「友人及び集団行動のストレス」と「対教師ストレス」が存在し、さらに間接的要因として、「対親ストレス」と「学業ストレス」が不登校傾向の背後に存在しているとした。同じく菊島（1999）は、中学時の不登校傾向の要因を心理的ストレスという視点から不登校感情群、遅刻早退群、準不登校群の3群に分けて考察している。不登校感情群は、外から要請される規範に対して反発を感じつつも主体的な行動をとれず、学業面や友人関係面でもうまくいかないことがストレスとなっている状態。遅刻早退群は、周囲の他者から自分が需要されていないという孤独感を感じていると考えられ、そのために要請される規範に従うことが苦痛になっている状態。準不登校群は、親の期待に応えられないことや、自分の築いた友人関係が壊れてしまうこと、校則の厳しさに苦痛を感じるといった、現実からの要請にプレッシャーを感

じながらも、それをうまくこなすことができないでいる状態としている。

文部科学省は「不登校が継続している理由」について調査しているが、その中で大きな割合を占めているのが「不安など情緒的混乱」である。内容は「登校の意思はあるが身体の不調を訴え登校できない、漠然とした不安を訴え登校しない等、不安を中心とした情緒的な理由によって登校しない（できない）」であり、平成13年度の調査では無気力や意図的な拒否を抑えて、不登校継続の1番の理由（24.5%）となっている。不安は、今現在の不安の状態を示す「状態不安」と、各自が特性として持っている「特性不安」とに分けて考えることができるが、上述の調査内容は状態不安に含まれるものであり、特性としての不安については調査されていない。特性不安は、ストレス状況下において状態不安を喚起させやすい傾向であり、比較的安定した個人内特性である。

本稿では以上のような先行研究を踏まえて、大学生を対象に中学生の時点での不登校の傾向に対する、特性不安と生活上のストレスの関連を明らかにし、そこから不登校の形成要因について考察することを目的とする。

## 2. 方法

### (1) 調査対象者と調査時期

千葉県内にある某私立女子大学生176名、平均年齢19.4歳。質問紙を講義時間内に配付し、集団的に実施した。調査時期は、2001年9月であった。

### (2) 質問紙の内容

質問紙は以下の3尺度によって構成した。

#### ① 不登校傾向尺度

不登校傾向を測るために、渡辺（1988）、圓山ら（1992）の研究を参考に、菊島（1997）が作成した不登校傾向尺度を使用した。本尺度は、「なかった」「ときどきあった」「よくあった」の3件法である。「学校が嫌だと思う」ことが「よくあった」と回答したものは不登校感情群、「学校が嫌で遅刻早退をした」を「よくあった」と回答したものを遅刻早退群、「学校が嫌で休んだ」という項目は「なかった」「1年間で10日以下」「1年間で10日以上あった」の3段階にわけ、「1年間

で10日以上あった」ものを準不登校群、それ以外のものを一般群と、4群に分類してある。また、一人の被験者が2つの群以上に該当した場合は、準不登校群、遅刻早退群、不登校感情群の順で優先して群分けするようになっている。本研究では、準不登校群を不登校傾向群、不登校感情群と遅刻早退群を合わせたものを不安定群とし、不登校傾向群・不安定群・一般群の計3群に分類した。学校へ行きたくないという感情を持ちながらも不登校に陥らなかった群と、実際に学校を休んだ群とに分けられることで、より具体的に把握できるようにした。

## ② STAI (State-TraitAnxietyInventory)

STAI 日本語版は、スピルバーガーら (1970) の STAI の尺度項目を清水ら (1981) が日本語に翻訳して作成されたものである。

STAI は状態不安尺度と特性不安尺度から成り立っており、各 20 の質問項目を有し、4 件法で回答するものである。いずれも順に 1～4 (逆転項目は 4～1) 点の得点を与え、合計得点を算出する。本研究では、特性不安尺度のみを使用した。

## ③ 児童青年期用ストレッサー尺度

生活上のストレスを測定するために、児童青年期を対象としたストレッサー尺度 (Yeaworth et al, 1980; Elias et al, 1985; 三川, 1988) を参考に菊島 (1997) が作成した 40 項目のストレッサー尺度を使用した。

項目内容は、学業に関するストレッサー 5 項目、教師に関するストレッサー 5 項目、集団生活及び日常生活に関するストレッサー 11 項目、親に関するストレッサー 9 項目、友人に関するストレッサー 11 項目である。

回答方法は、中学生時に体験したことを想起して、その出来事に関する経験頻度 (よくあった、時々あった、なかった) を 3 件法で、不快感 (非常に嫌だ、どちらでもない、全然気にならなかった) を同じく 3 件法で回答する。得点化に際しては、経験頻度については、「よくあった」を 3、「時々あった」を 2、「なかった」を 1 とした。不快感については、「非常に嫌だ」を 3、「どちらでもない」を 2、「全然気にならなかった」を 1 としている。また、岡安ら (1992) と嶋 (1992) の方法に従い、経験頻度と不快感を掛け合わせたものを日常生活ストレス度とし

て算出することとした。このことにより現実の出来事の経験の有無だけでなく、それに対する個人の認知的評価の両方を含めて、ストレス度を求めることとした。

### 3. 結果

対象者 176 名中、有効回答数は 167 名 (95%) であった。不登校傾向により分類したところ、不登校傾向群 20 名 (12%)、不安定群 40 名 (24%)、一般群 107 名 (64%) であった。不登校傾向各群別の平均値と標準偏差を表 2 に示す。以下各群との関連を示す。

表 2 不登校傾向各群別の平均値と標準偏差

		群	N	平均	S D
S T A I	特性不安	不登校傾向群	40	55.6	11.5
		不安定群	107	53.5	10.9
		一般群	20	48.8	10.1
生活上の ストレス	経験頻度	不登校傾向群	20	81.8	9.7
		不安定群	40	84.1	9.7
		一般群	107	73.7	8.2
	不快感	不登校傾向群	20	83.2	11.6
		不安定群	40	85.7	12.0
		一般群	107	77.5	12.5
日常生活 ストレス度	不登校傾向群	20	165.0	18.1	
	不安定群	40	169.8	19.9	
	一般群	107	151.3	18.9	

#### (1) 特定不安との関連

各群に差があるか否か、不登校傾向尺度（不登校傾向群・不安定群・一般群の 3 群）を独立変数とし、STAI の特性不安を従属変数とする 1 要因の分散分析を行った。その結果、有意差が認められた ( $F = 5.47$   $p < .05$ )。

各群の間の差を多重比較するため Tukey 法を用いたところ、一般群は他の 2 群と有意差があったが、不登校傾向群と不安定群の間は有意ではなかった ( $p < .05$ )。

#### (2) 日常生活ストレス度との関連

各群に差があるか否か、不登校傾向尺度（不登校傾向群・不安定群・一般群の 3

群)を独立変数とし、ストレス尺度得点を従属変数とする1要因の分散分析を行ったところ有意差が認められた ( $F = 15.71$   $p < .05$ )。

各群の間の差を多重比較するためTukey法を用いた結果、一般群は他の2群と有意差があったが、不安定群と不登校傾向群の間は有意ではなかった ( $p < .05$ )。一般群より、不登校傾向群、不安定群の方が日常生活ストレス度の平均値は高かった。

### (3) 特性不安と日常生活ストレス度との関連

特性不安と日常生活ストレス度を2変数とする相関を不登校傾向各群について相関分析を行った結果、いずれも正の相関があった。各群の傾向は、不登校傾向群は、ある程度の相関があり ( $r = .61$   $p < .05$ )、ストレスも特性不安も高かった。不安定群も中程度の相関があり ( $r = .66$   $p < .01$ )、ストレスも特性不安もある程度高かった。一般群は、弱い相関関係で ( $r = .36$   $p < .01$ )、ストレスも特性不安も低いという特徴が見られた。

特性不安と日常生活ストレス度の平均点を基に、特性不安の高群と低群、日常生活ストレス度の高群と低群にわけ、それぞれの群を組み合わせ「特性不安“高”，日常生活ストレス度“高”」群、「特性不安“高”，日常生活ストレス度“低”」群、「特性不安“低”，日常生活ストレス度“高”」群、「特性不安“低”，日常生活ストレス度“低”」群の4群に分けた。図1は不登校傾向の各群それぞれについて、両者の関係を散布図にし、特性不安と日常生活ストレス度の平均値を記し、その4つの群を表したものである。この4群と不登校傾向尺度各群からクロス表をつくり、4群間の不登校傾向尺度の人数比を表した(表4参照)。これをもとに $\chi^2$ 検定を用いて、同等性の検定を行った。その結果、特性不安と日常ストレス度の4つある各群の不登校傾向群、不登校群、一般群の人数の偏りが有意であり、人数比は異なる事が分かった。この $\chi^2$ 検定による母比率の差から、特性不安と日常生活ストレスの高低によって、不登校傾向の比率に差があることが分かった。同じくこの $\chi^2$ 検定から、独立性の検定として特性不安と日常生活ストレス度の高低という属性と、不登校傾向という属性の間に、関連があることが分かった(同等性の検定、母比率の差の検定、独立性の検定とも、値はすべて  $r = 19.9$   $p < .05$ )。

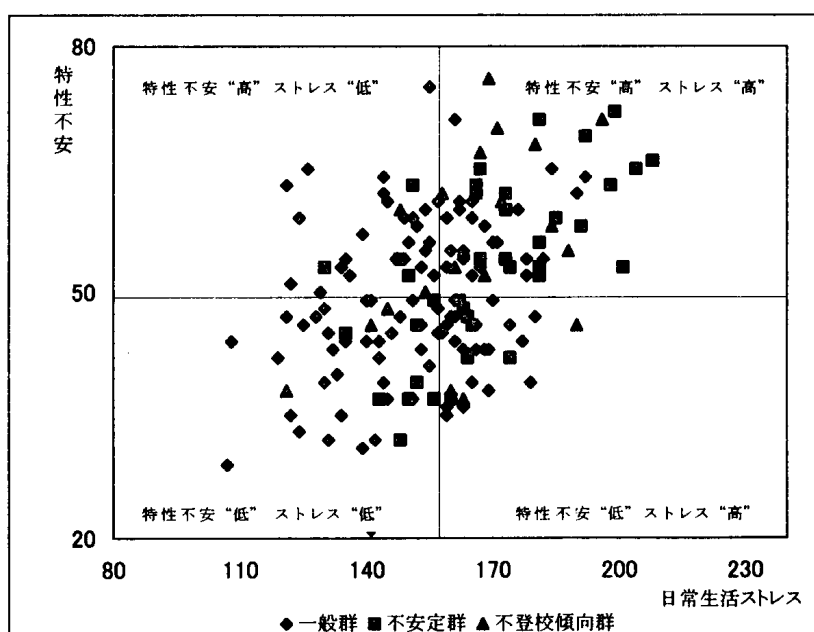


図1 特性不安と日常生活ストレスの平均値を基準にした4群と、不登校傾向尺度各群の散布図

表4 特性不安と日常生活ストレス度の組み合わせごとの不登校傾向人数比 (人)

	不登校傾向		
	一般群	不安定群	不登校群
特性不安「高」 日常生活ストレス度「高」群	24	21	12
特性不安「高」 日常生活ストレス度「低」群	25	4	2
特性不安「低」 日常生活ストレス度「高」群	22	7	3
特性不安「低」 日常生活ストレス度「低」群	37	8	3

(4) 生活上のストレスの下位尺度比較

表5から表9にあるように、親に関するストレスの経験頻度以外は有意な差があった。事後検定を行ったところ、集団生活及び日常生活に関するストレスの不快感以外すべてにおいて、一般群と不安定群に差があった。一般群と不登校傾向群に差があったのは、友人に関するストレスの経験頻度と日常生活ストレス度、集団及



び日常生活に関するストレスの不快感であった。

表5 親に関するストレス得点の平均値とF値

		不登校傾向			F	事後検定で 差があった群
		不登校 傾向群	不安 定群	一般群		
ストレス	経験頻度	16.9	18.6	16.3	6.08*	一般群<不安定群
	不快感	17.6	18.6	17.1	1.50	—
	日常生活 ストレス度	34.4	37.1	33.4	3.63*	一般群<不安定群

(\* p<.05)

表6 友人に関するストレス得点の平均値とF値

		不登校傾向			F	事後検定で 差があった群
		不登校 傾向群	不安 定群	一般群		
ストレス	経験頻度	23.7	21.9	18.1	26.56*	一般群<不安定群 一般群<不登校傾向群
	不快感	24.0	25.1	21.9	6.26*	一般群<不安定群
	日常生活 ストレス度	47.7	47.0	40.0	15.06*	一般群<不安定群 一般群<不登校傾向群

(\* p<.05)

表7 集団生活及び日常生活に関するストレス得点の平均値とF値

		不登校傾向			F	事後検定で 差があった群
		不登校 傾向群	不安 定群	一般群		
ストレス	経験頻度	20.9	22.0	20.0	8.51*	一般群<不安定群
	不快感	21.2	19.6	18.4	5.26*	一般群<不登校傾向群
	日常生活 ストレス度	42.0	41.6	38.3	8.04*	一般群<不安定群 一般群<不登校傾向群

(\* p<.05)

表8 教師に関するストレス得点の平均値とF値

		不登校傾向			F	事後検定で 差があった群
		不登校 傾向群	不安 定群	一般群		
ス ト レ ス	経験頻度	9.9	9.9	8.6	5.80*	一般群<不安定群
	不快感	10.1	11.0	9.7	3.00*	一般群<不安定群
	日常生活 ストレス度	20.0	20.9	18.4	4.94*	一般群<不安定群

(\* p<.05)

表9 学業に関するストレス得点の平均値とF値

		不登校傾向			F	事後検定で 差があった群
		不登校 傾向群	不安 定群	一般群		
ス ト レ ス	経験頻度	10.5	11.7	10.8	5.37*	一般群<不安定群 不安定群<不登校傾向群
	不快感	10.3	11.5	10.4	4.30*	一般群<不安定群
	日常生活 ストレス度	20.8	23.2	21.2	6.30*	一般群<不安定群 不安定群<不登校傾向群

(\* p<.05)

#### 4. 考察

##### (1) 不登校傾向各群と特性不安との関係

特性不安の平均値は、不登校を起こした不登校傾向群が最も高く、その次に不安定群、そして一般群となった。この結果は、特性不安という個人内特性が不登校傾向に与えている影響の大きさを表しており、分散分析でも有意であった。しかし、多重比較では不登校傾向群と不安定群に有意な差はなかった。特性不安は不登校の傾向に影響を与える要因とは考えられるが、特性不安の高低で不登校を起こすか否かという決定要因になりうるかどうかは、この分析からでは明らかにできなかった。

## (2) 不登校傾向各群と日常生活ストレス度との関係

日常生活ストレス度の平均値は、不登校傾向群より、不安定群の方が高かった。一般群と他の2群の間には有意差があるものの、不登校傾向群と不安定群の間には有意な差はなかったことから、日常生活ストレス度が高くなると不登校の傾向が強まるということが明らかになった。不登校傾向群の方が高いストレスを感じていると予測していたが、実際は不安定群の方がより高いストレスを感じていた。また、生活上のストレスの下位尺度をみても、親に関するストレス度、教師に関するストレス度および学業に関するストレス度は3群の中で数値的に一番高かった(学業に関するストレス度は3群間で有意に高い)。この結果について、不登校傾向群は学校を休むという行動によってストレスを受ける経験頻度が少なくなり、不快感も下がることによりストレスを回避しているのではないかと考えられるが、不安定群は、学校に行きたくないと思いつつも休むことができずに、学校生活はもとより、遅刻・早退などから家庭でもストレスが高まっているのではないかと考えられる。

## (3) 特性不安と日常生活ストレス度と各群との関係

特性不安と日常生活ストレス度には相関関係があり、また $\chi^2$ 検定の結果、特性不安と日常生活ストレス度の高低という属性と、不登校傾向の属性の間には関連があった。このことから、特性不安と日常生活ストレス度の高低によって不登校傾向が位置付けられ、特性不安に加えてストレスが高くなれば不登校傾向に陥りやすく、ストレスが低くなれば、不登校に陥りにくいという結果になったと考えられる。

また $\chi^2$ 検定を用いて、同等性の検定を行った。その結果、特性不安と日常生活ストレス度による4群において、不登校傾向群、不安定群、一般群の人数の偏りが有意であり、人数比は異なる事が分かった( $\chi^2 = 19.9$   $p < .05$ )。また母比率の差の検定から、特性不安と日常生活ストレス度の高低によって、不登校傾向の比率に差があることが分かった。同時に独立性の検定から、特性不安と日常生活ストレス度の高低という属性と、不登校傾向という属性の間には、関連があることが分かった。

#### (4) 総合的考察

本研究では不登校の傾向により、不登校傾向群、不安定群、一般群の3群に分けて分析を行った。その結果、特性不安が高いほど不登校傾向が強くなること事が明らかになった。また、生活上のストレスについては、各群により感じているストレス（下位尺度）に違いがあった。

不登校傾向群と不安定群の2群に共通しているものとして、友人に関するストレスと集団生活及び日常生活に関するストレスが挙げられた。

以上の事から本研究では、中学生時の不登校の発生に関しては、特性不安の強い影響と、学校での集団生活や日常生活上のストレス、特に友人関係のストレスが影響を及ぼしている事が考察された。変化可能なストレス軽減の方法を考えると、不登校の予防には、学校集団場面でのストレスと友人関係上のストレスを軽減させる事が重要であると思われる。具体的には、集団場面以外の生徒個人が自由に創造的に動ける時間を増やしたり、個々に対応してもらえよう場面を増やすことなどが考えられる。友人関係に関しては、関係がこじれてストレスになる前に、スクール・カウンセラーなどの第三者に相談できるようなシステムの構築が重要であると思われる。

### 7. 今後の課題

本調査では回想法を採用した。その理由として、現に不登校傾向にある生徒に、ストレスとなるような辛い体験について質問紙で答えさせるという事は、臨床的、倫理的にも問題がある。また、不登校状態にある生徒は自らの不登校の誘因・原因や葛藤をなかなか意識化する事が出来ないという可能性があるため、自らの生徒時代を振り返ってみるというアプローチの方が体験をより意識化でき、自己評価しやすいと判断したからである。しかし、回想法には限界があるため、今後は縦断的な研究や詳細な事例研究などを併用していく必要がある。

また、不登校傾向の群分けについてより正確に分類を行うための検討および、生活上のストレスの概念についてもさらに明確にする必要がある。そして、今回は女性を対象に検討したが、男性についての検討ならびに性差についての検討を行う必要性も

あると思われる。

## 引用・参考文献

- Dohrenwend, B.S., & Dohrenwend, B.P. 1974 Stressful Life Event : Their Nature and Effect. John Wiley & Sons.
- Ferguson, W.E. 1981 Gifted Adolescents, Stress and Life Changes. *Adolescence*, 16 973-985.
- 菊島勝也 1997「不登校傾向におけるストレッサーとソーシャルサポートの研究」『健康心理学研究』10(2)、11 - 20.
- 菊島勝也 1999「ストレッサーとソーシャルサポートが中学時の不登校傾向に及ぼす影響」『性格心理学研究』7、66 - 76.
- 三川 正 1988「青年期における生活ストレッサーと対処行動に関する研究」『カウンセリング研究』21(1)、1 - 13.
- 文部科学省 ホームページ 平成 15 年学校基本調査速報
- 小沢 勲 1969「思春期神経症と家族 児童精神医学会とその周辺領域」10、136 - 141.
- 嶋 信宏 1992「大学生におけるソーシャル・サポートの日常生活ストレスに対する効果」『社会心理学研究』7、45 - 53
- 白橋 宏一郎 1982「登校拒否の背景—家族的・社会的要因」『小児内科』14、597 - 601.
- 鑪 幹八郎 1963「学校恐怖症に関する研究(1):その症状形成に関する考察」『児童精神医学誌』4、221 - 235.
- Yeaworth, R.C., York, J., Hussey, M.A., Ingle, M.E., & Goodwin, T. 1980 The Development of an Adolescent Life Change Event Scale. *Adolescence*, 15 91-97

本研究の一部は、2002年 中京大学で行われた日本心理臨床学会第21回で発表したものに加筆修正を行ったものである。