

# 児童・生徒の心理的困難時における自己援助と援助要請（Ⅰ）

田 崎 敏 昭・橋 本 真喜子<sup>(注1)</sup>

社会の複雑化に伴い、児童・生徒も学校の内外において、さまざまな問題を抱えるようになり、それを自ら解決することが出来ず、不登校、いじめ、引きこもり、自殺などの不適応行動へ陥っていく者も少なくない。従来、こうした児童・生徒への対応としては、彼らが抱えている問題の原因を探っていく傾向が強かった。しかし、そういう対応だけでなく、児童・生徒自身をもつ「強さ」を強調しながら問題解決へ導いていくことも必要ではないだろうか。彼らが困難な問題に遭遇した時、自らその困難な問題をうまく解決している場面に着目し、教師なり、カウンセラーなり、アドバイザーなり援助者が、児童・生徒の中にある「強さ」を発見し、その評価をフィードバックしながら問題解決へ向かわせようとする手法である。具体的には、例えば、友だちとうまくいってない児童・生徒に対して、どうしてうまくいかないかを尋ねたり、その子どもの性格や家庭環境に問題がないかの原因を探ったりするのではなく、今、その子ども自身が乗り越えようとしている姿勢や態度などに注目し、評価することである。

もちろん、児童・生徒の抱えている問題の原因を探り、それを取り除くことで、問題の解決になることもある。しかし、彼らの問題のなかには原因がわかったところで、例えば両親の離婚のような、教師やカウンセラーなどの第三者ではどうにもならない問題もある。子どもたちは問題の原因を知りたいのではなく、つらさ、苦しみを知ってもらい、取り除いてもらいたいのである。このようなことから、問題の原因を探るという従来の手法に加え、児童・生徒自身の心の中に解決策を見出すため、彼らのもつ「強さ」により注目する必要があるように思われる。児童・生徒が困難に遭遇したとき、その困難と向き合う中で自分の「強さ」に気付くことができるなら、その困難を自ら乗り越えることが出来るであろう。

児童・生徒の「強さ」についてはストレス理論からの研究が進んでいる。嶋田ら（1996）は、小学生を対象に、学校ストレスに対する認知的評価が、コーピングとストレス反応に及ぼす影響を調査し、「ストレスの影響性、及びコントロール可能性といった認知的評価が、積極的対処を中心としたコーピングの選択と、ストレス反応の表出に及ぼす要因であること」を明らかにしており、特に「ストレス事態の影響性をすぐに高く評価してしまう生徒、あるいはそのストレス事態をなんとか乗り越えることが出来る」と評価している児童は、積極的な

（注1）元佐賀大学大学院教育学研究科

コーピングを行う」という注目すべき結果を得ている。

神田・大木（1998）は、中学生のストレス対処行動に含まれる因子として、「情動中心の対処」と「問題中心の対処」の2因子を抽出している。「情動中心の対処」とは、なければよいと思った、実際より良いように想像した、そのことはあまり考えないようにした、などの行動からなる。「問題中心の対処」とは、そのことで、自分が成長してより良い人間になった、自分が生きていく上で大切なことを再発見した、などの行動である。

神藤（1998）は、中学生の学業ストレスへの対処方略因子として「問題解決の対処（原因を検討し、どのようにしてゆくべきか考える。そのことの反省をふまえて、次にすべきことを考える。勉強方法を工夫する。など）」、「他者依存的情動中心対処（誰かに不満を聞いてもらい、気持ちを晴らす。誰かに話を聞いてもらい、励ましてもらおうとする。など）」、「回避的処理（自分では手におえないと考え、あきらめる。どうすることも出来ないとして、解決をあとに延ばす。など）」、「積極的情動中心対処（たのしいことを考える。気晴らしに友だちと遊ぶ。など）」の4因子を抽出している。

しかし、これらの研究の中で用いられた質問紙の項目をみると、対処行動は述べられているが、その行動が具体的にどのような事柄にたいして行われるものか、必ずしも明確ではない。一般的に対処行動を行うか、行わないかを問うたとしても、その対処行動が児童・生徒にとってどのような意味を持つのかは明らかにならない。児童・生徒がどのような困難に遭遇し、それに対してどのような自己援助努力をして乗り越えていこうとするかを問うことが重要である。

困難を乗り越えるためには、自己援助行動と同じくらい他者に援助を求める行動、つまり援助要請行動も重要である。本研究では、自己援助行動と援助要請行動との関連についても検討する。

## 研究Ⅰ：児童・生徒が遭遇する困難な出来事とそれに対処するための自己援助行動の実態

### 目的

学校で児童・生徒が問題に遭遇したとき、周りの人々は彼らの抱えている問題の原因を追究する傾向が強い。しかし、彼らが独自に解決している場面に着目し、教師や児童・生徒自身でさえまだ気付いていない彼らのもつ

「強さ」を明らかにしていくことが必要である。

本研究は、児童・生徒が日常どんな困難な状況に遭遇し、その困難な出来事をどのような自己援助努力を行なって解決しようとするか、その実態を明らかにすることである。

## 方法

調査対象：全調査対象は、S市立N小学校5、6年生304名、同市立N中学校1、2、3年生874名、S県立S高等学校1、2、3年生1191名の計2369名であったが、回収出来なかったもの、無記名、回答の不備を除くと、分析の対象は1482名となり、その内訳はTable 1のとおりである。

Table 1 分析対象者数

		男子	女子	計
小学校	5年	61	60	121
	6年	78	88	166
中学校	1年	89	95	184
	2年	103	119	222
	3年	100	77	177
高等学校	1年	74	108	182
	2年	114	108	222
	3年	67	141	208
計		686	796	1,482

調査時期：1997年12月中旬～1998年3月中旬

調査内容：質問紙は小学生用、中学生用、高校生用の三種を作成した。

小、中、高校生にいまの学年になって一番困難だった出来事の一つあげてもらい、その時期、それに対してどのような自己援助努力を行なったのか、その結果どうであったのかを自由記述形式で回答してもらった。

質問紙は教示文と質問項目からなり、小中高用、その内容はいずれも同じであるが、言葉使いについてはそれぞれの発達段階に合わせたものにした。以下、例として、小学校用の教示文と質問項目をあげる。

### 〈教示文〉

このアンケートは、みなさんが、くるしいことやつらいことをいつもどのようにしてのりこえようとしているかをたずねるものです。たとえば、勉強がわからない、先生が自分のことを分かってくれない、いじめられる、いじめてしまう、学校がなんとなくつまらない、家がおもしろくないなど、今までいろいろなつらいことに出会ったことがあると思います。そのような時、「きつい」とか「学校に行きたくない」という気分や、「学校に行くことができなかった」という自分の行動を、みなさんはどのような方法でのりこえているのでしょうか。いつもみなさんがやっている努力の仕方を教えてください。中には、くるしいことに出会ったことがないという人もいらっしゃるかもしれませんが、もし、これからくるしいことに出会った場合、どのようにしてのりこえようと思いますか。みなさんができそうな努力をおしえてくださ

い。

### 〈質問項目〉

1. あなたが小学校5年生になってからいちばん「くるしかった、つらかった」ことをひとつ書いてください。(例) 友達からむしされる。
2. 1のことをくわしく教えてください。たとえば、どうしてそういうことになったのかを書いてください。どうしてそういうことになったのかわからない場合は、おそらくこうだろうという理由でもかまいません。
3. それはいつのことですか？始まった時期とのりこえた(気にならなくなった)時期を書いてください。まだ、気になっている人は「のりこえた時期」のところの「今もなやんでいる」を○でかこんでください。  
(例) 始まった時期……………5月  
のりこえた時期……………7月  
始まった時期……………1週間前  
のりこえた時期……………今もなやんでいる
4. それをのりこえようと努力しているとき、あなたはいつもとちがう状態になりませんでしたか？もし、あなたにいつもとちがうことが起きたのなら、どのような状態であったか教えてください。  
(例) 夜にねむれない、不安な気持ちになった、いらいらする、など。
5. あなたはそれをどのように努力してのりこえようと思いましたか？できるだけくわしく教えてください。  
(例) 友達にそうだんした、がまんした、学校を休まなかった、いじめる理由をきいた、気にしないようにした、楽しいことを考えた、など。
6. 努力の結果どうになりましたか？  
(例) きにならなくなった、いじめがなくなった、体の調子がよくなった、気分がすっきりした、など。

調査方法：小学校5年生のみ担任教師による集団面接法、他の学年は自宅に持ち帰ってもらい、後日担任教師に回収してもらった。

## 結果と考察

### 1. 困難だった出来事、自己援助努力、努力結果の分類

児童・生徒にとって、この時期遭遇する困難な出来事とはどんなことだろうか、児童は困難解決のためどんな自己援助努力あるいは援助要請をするのだろうか、そしてその結果どうなるのだろうか。質問1から質問6に回答された自由記述の内容は多岐にわたる。そこで上記の課題を検討するためには、まず記述された内容を分類し、カテゴリー化する必要がある。

困難だった出来事に関しては、質問1、質問2から最終的に28のカテゴリーに分類した。Table 2は困難だった出来事のカテゴリー分類を、Table 3はその回答例文

**Table 2 困難な出来事の種類**

分類Ⅰ	分類Ⅱ	分類Ⅲ	分類Ⅳ	カテゴリ-No.	
学校生活	学習	成績		1	
		受験・試験		2	
		進路選択		3	
		授業		4	
	対人関係	クラス	教師		5
			友人		6
		クラブ	教師		7
			先輩・後輩		8
			友人		9
		クラス・クラブ	上級生		10
			その他		11
	その他	クラス		12	
		クラブ		13	
		学校そのもの		14	
家庭生活	対人関係	家族	親	15	
			親以外	16	
		家族以外		17	
	その他		18		
自分自身	能力	運動面		19	
		運動以外		20	
	身体	病気		21	
		怪我		22	
		病気・怪我以外		23	
	自信	容姿		24	
		内面		25	
	将来への展望			26	
	その他			27	
	その他			28	

を示したものである。

まず、第一段階(分類Ⅰ)として、その出来事が起こったシチュエーションを、「学校生活」、「家庭生活」、「自分自身」、「その他」に大きく4つに分類した。

次に、第二段階(分類Ⅱ)として、各シチュエーションごとに、「学校生活」は学習面と対人関係面とその他に、「家庭生活」は対人関係とその他に、「自分自身」は能力、身体、自信、将来への展望、その他に分けた。さらに第三段階(分類Ⅲ)、第四段階(分類Ⅳ)で「学校生活」の学習は、成績、受験・試験、進路選択、授業に、「学校生活」の対人関係は、教師、友人、先輩・後輩、上級生などに、「学校生活」のその他はクラス、クラブ、学校そのものなどより具体的な事柄へと分類した。

「家庭生活」の第三段階(分類Ⅲ)は、対人関係が家族と家族以外にわかれる。

「自分自身」に関しては第三段階(分類Ⅲ)で運動面、運動以外、病気、怪我、病気・怪我以外、容姿、内容などに分類した。

このような分類に関して、まず全分析対象者の回答を筆者らが分類し、後に4人の心理学専攻の大学院生にそれぞれ全回答を確認してもらったところ、小学校、中学校、高等学校とも100%一致した結果が得られたので、この分類は妥当なものであるといえよう。

次に、質問5の回答内容を中心に自己援助努力の分類を行なった。まず、「自分一人で乗り越えようとした人」と、「他者に援助を求めた人」に大きく分けた。自分一

**Table 3 困難な出来事のカテゴリ別回答例文**

カテゴリ-No.	例文
1	成績がなかなか上がらない。テストの点数が悪かった。
2	受験勉強が辛い。テスト前の勉強に集中できない。受験に失敗した。
3	進路選択に迷った。どの学校を受験するか迷った。
4	授業がわからない。授業についていけない。勉強がわからない。
5	先生と対立した。先生と気があわなかった。嫌いな先生がいた。
6	友達に無視された。友達ができなかった。友達とけんかした。友達にいじめられた。
7	部活の先生に叱られた。部活の先生が邪魔あつかいした。部活の先生と気があわない。
8	部活の先輩に呼び出されて、暴力を受けた。部活の先輩がこわい。
9	部活の友達と喧嘩した。部活で仲間外れにされる。部活の友達ともめた。
10	上級生からいじめられた。先輩から無視される。上級生からねたまれる。
11	失恋した。恋人とうまくいかなくなった。好きな人に告白した。
12	クラスの雰囲気になじめない。
13	部活の練習がきびしい。部活の雰囲気が険悪でいづらい。
14	学校が荒れている。学校が面白くない。学校の行事(マラソン・登山等)がきつい。
15	親と喧嘩した。親からいつも小言をいわれる。親とうまくいかない。
16	兄弟と気が合わない。
17	親戚とうまくいかなくなった。習い事の先生から怒られた。
18	家が面白くない。いえの規則が厳しい。いえの雰囲気が悪い。家が経済的に苦しい。
19	泳げない。運動が不得意。レギュラーに選ばれなかった。
20	敬語がうまく話せない。ピアノがあまり上達しない。
21	気管支喘息がひどい。拒食症になった。風邪を引いて熱をだした。神経症になった。
22	足の骨をおった。突き指をした。
23	人前で緊張しやすく、顔が紅潮する。朝起きれない。車に酔いやすい。
24	太っている。やせすぎている。
25	自分にじしんがもてない。このままの自分でいいかわからない。長所がわからない。
26	自分のやりたいことがわからない。将来の目標がない。将来への希望がない。
27	高校に進学したことを後悔している。人との付き合い方がわからない。
28	祖母がなくなった。自分の兄が障害者である。習い事に行きたくない。

人で乗り越えようとした人は行動をコントロールした場合と情動面をコントロールする場合とがある。そして、行動のコントロールは問題に向き合う行動（積極的、消極的）と向き合わない行動（積極的、消極的）に分けられる。情動面のコントロールも問題に向き合う場合と向き合わない場合とがある。問題に向き合うというのは、問題そのものに何らかの働きかけを行うことによって、困難を乗り越えようとする中で、問題に向き合っていないということは、問題をそのままにしておいて、別のところで自分を支えながら困難を乗り越えようとするのである。例えば、成績が下がった場合、勉強時間を増やすのは、問題に向き合った行動であり、趣味などで気を紛らわすというのは問題に向き合っていない行動である。Table 4 は自己援助努力の 카테고리分類であり、Table 5 は各カテゴリーの回答例文である。

Table 4 自己援助努力、援助要請の分類

分類Ⅰ	分類Ⅱ	分類Ⅲ	分類Ⅳ	カテゴリー No.
自分一人で努力	行動	問題に向き合っている	積極的	1
			消極的	2
		問題に向き合っていない	積極的	3
			消極的	4
	情動	問題に向き合っている		5
		問題に向き合っていない		6
援助を要請	友人			7
	親			8
	教師			9
	その他			10

Table 5 自己援助努力における各カテゴリーの回答例文

カテゴリー No.	困難な出来事	自己援助努力の例文
1	成績が下がった	→ 前より勉強するようにした。勉強の仕方を変えた。
	友達から無視された	→ 無視する理由を本人に聞いた。誤解をといた。
2	友達から無視された	→ 友達に気に入られることをした。
	友達にいじめられた	→ おとなしくふるまった。
3	友達と喧嘩した	→ 他の友達と仲良くした。
	友達ができなかった	→ 別の事に熱中した。
4	友達にいじめられた	→ 我慢した。
	成績があがらなかった	→ 耐えた。
5	先生に叱られた	→ なぜ叱られたか考えた。
	成績が下がった	→ 効率のよい勉強方法を考えた。
6	友達にいじめられた	→ 逃げることを考えていた。
	授業がわからなかった	→ あきらめた。
7~10		→ 友人、親、教師、その他に相談する。

Table 7 困難に遭遇した人と困難がなかった人の人数と%

学年	困難にあった人		困難がなかった人		合計	
	人数	%	人数	%	人数	%
小5	77	63.6	44	36.4	121	100
小6	101	60.8	65	39.2	166	100
中1	141	76.6	43	23.4	184	100
中2	137	61.7	85	38.3	222	100
中3	121	68.4	56	31.6	177	100
高1	137	75.3	45	24.7	182	100
高2	183	82.4	39	17.6	222	100
高3	186	89.4	22	10.6	208	100
計	1,083	73.1	399	26.9	1,482	100

自己援助努力の回答のカテゴリー分類に関しても、困難な出来事に関するカテゴリー分類の場合と同様、まず、筆者らが Table 4 のカテゴリーにより分類し、後に4人の心理学専攻の大学院生に全員分を確認してもらった。その結果、小学校が96.2%、中学校が96.2%、高等学校が94.9%の一致度があった。ゆえにこのカテゴリー分類は妥当なものと言える。

Table 6 は質問6をもとに努力結果のカテゴリー分類を示したものである。

## 2. 児童・生徒が遭遇する困難な出来事の実態

ところで、分析の対象となった全ての小、中、高校生が困難な出来事に遭遇するわけではない。質問1、2に記述の無かった児童・生徒は困難な出来事への遭遇がなかったと判断される。困難な出来事があった人とそうでない人の内訳を学年別に示したのが Table 7 である。どの学年も困難にあった人のほうが困難にあわなかった人より多いことがわかる。

また、困難にあった人の男女別、学年別内訳を Table 8 に、困難にあわなかった人の男女別、学年別内訳を Table 9 に示す。これらを全体的にみると、男子に比べ女子の方が困難な出来事により遭遇していることがわかる。しかし、その比率はほぼ6:4であり、男女間で大きな偏りがあるとは言えない。また、学年との関係でみるとかなり凹凸があり、必ずしも学年が上がるに従い困難な出来事への遭遇が多くなるとは言えない。

Table 6 努力結果の分類

分類Ⅰ	分類Ⅱ	カテゴリー No.
変化あり	良い方向	1
	悪い方向	2
変化なし		3
不明		4

Table 8 困難な出来事に遭遇した人の学年別男女の内訳

学年	男子		女子		合計	
	人数	%	人数	%	人数	%
小5	37	48.1	40	51.9	77	100
小6	35	34.7	66	65.3	101	100
中1	66	46.8	75	53.2	141	100
中2	58	42.3	79	57.7	137	100
中3	62	51.2	59	48.8	121	100
高1	50	36.5	87	63.5	137	100
高2	93	50.8	90	49.2	183	100
高3	57	30.6	129	69.4	186	100
計	458	42.3	625	57.7	1,083	100

Table 9 困難がなかった人の学年別男女の内訳

学年	男子		女子		計	
	人数	%	人数	%	人数	%
小5	24	54.5	20	45.5	44	100
小6	43	66.2	22	33.8	65	100
中1	23	53.5	20	46.5	43	100
中2	45	52.9	40	47.1	85	100
中3	38	67.9	18	32.1	56	100
高1	24	53.3	21	46.7	45	100
高2	21	53.8	18	46.2	39	100
高3	10	45.5	12	54.5	22	100
計	228	57.1	171	42.9	399	100

Table10 困難な出来事に遭遇した人の人数と%

学年	学校生活		家庭生活		自分自身		その他		合計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
小5	63	81.8	8	10.4	3	3.9	3	3.9	77	100
小6	96	95.0	3	3.0	1	1.0	1	1.0	101	100
中1	132	93.6	2	1.4	3	2.1	4	2.8	141	100
中2	113	82.5	6	4.4	16	11.7	2	1.5	137	100
中3	106	87.6	3	2.5	11	9.1	1	0.8	121	100
高1	101	73.7	7	5.1	25	18.2	4	2.9	137	100
高2	139	76.0	8	4.4	30	16.4	6	3.3	183	100
高3	138	74.2	16	8.6	24	12.9	8	4.3	186	100
計	888	82.0	53	4.9	113	10.4	29	2.7	1,083	100

Table11 困難な出来事に遭遇した人のカテゴリ別人数

カテゴリ-No.	分類Ⅰ	分類Ⅱ	分類Ⅲ	分類Ⅳ	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	
1	学校生活	学習	成績		0	3	27	9	12	18	23	8	
2			受験		0	0	0	2	20	2	1	30	
3			進路		0	0	0	0	8	1	9	10	
4			授業		2	6	2	7	5	8	27	13	
5	対人関係	クラス	教師		4	2	2	8	5	1	8	2	
6			友人		56	83	72	57	34	36	35	40	
7		クラブ	教師		0	0	2	3	0	2	2	0	
8			先輩		0	0	6	1	0	5	0	0	
9			友人		0	0	2	6	3	6	8	3	
10		以外	上級		1	1	3	1	0	1	0	0	
11	他			0	0	0	0	1	4	10	19		
12	その他		クラス		0	0	0	6	3	2	1	0	
13		クラブ		0	0	10	9	10	11	9	8		
14		学校		0	1	6	4	5	4	6	5		
15	家庭生活	対人関係	家族	親		2	3	2	3	3	6	2	7
16			以外		0	0	0	1	0	0	1	0	
17		他	以外		5	0	0	0	0	1	2	1	
18			他		1	0	0	2	0	0	3	8	
19	自分自身	能力	運動		0	0	1	3	1	2	4	0	
20			以外		1	0	0	0	1	2	2	0	
21		身体	病気		2	0	1	3	3	2	1	3	
22			怪我		0	0	1	2	0	2	0	3	
23			病気		0	0	0	6	4	4	4	3	
24		自信	容姿		0	0	0	0	0	1	1	2	
25			内面		0	0	0	0	2	2	7	6	
26		将来	他		0	0	0	0	0	5	10	6	
27	他			0	1	0	2	0	5	1	1		
28	他			3	1	4	2	1	4	6	8		

次に困難な出来事の内容についてみていく。Table10は全分析対象者のうち、困難な出来事があったと回答した1083名の児童・生徒について、困難に遭遇した「シチュエーション」（分類Ⅰ）による分布を学年ごとにみたも

のである。

困難に遭遇したシチュエーションを学校生活、家庭生活、自分自身、その他に分けるとどの学年も学校生活の頻度が高く、多くの児童・生徒が学校生活の中で、問題を抱えていることがわかる。小、中、高と学校種別では、中学2,3年、高校になると自分自身の頻度が高くなるが、これは進路選択の問題や受験に遭遇して自己の性格や適性に悩んだり、この時期自分自身を深く見つめることが出来るようになり、自分とはなにかといった哲学的思考の萌芽が見られるためと考えられる。

困難だった出来事の内容をさらに詳細にみるため、Table 2であげた28のカテゴリの各頻度を学年別に示したのがTable11である。カテゴリ No. 1-No. 14が学校生活、No. 15-No. 18が家庭生活、No. 19-No. 27が自分自身である。これによると、学校生活ではどの学年も、「No. 6 対人関係—クラス—友人」の頻度が特に高い。具体的な記述内容は、例えば、友だちに無視される、友だちとの喧嘩、友だちから嫌がらせをされる、などいわゆる「いじめ」を指摘するもの、あるいは、将来、そうなる可能性が高いものであった。

「いじめ」についての定義は、諸々あるが、佐々木（1996）は「悪口を言ったり、からかったりすること、身体的な暴力をふるうこと、脅迫をすること、個人をグループから孤立させること」と具体的な行動をもとに定義しており、この定義によれば、ここで記述された内容の多くは「いじめ」と言ってよいものであった。児童・生徒が抱える友人との対人関係の問題は、子どもたちの悩みの大きな部分を占めているといえる。

学校生活の中で次に多くあげられたのが、「No. 1 学習—成績」である。特に中学1年生と高校2年生の頻度が高いが、これに関しては中学1年生の場合、小学校時代に比べ、中学校では教えられる内容が、急に難しくなり、教えられる量も増えるためと考えられる。また高校2年生では大学受験を意識するようになるためであろう。

これら学校生活における問題を、小、中、高校別に学習面、対人関係、その他にわけて集計すると、小学生は、学習面が10.7%（17人）、対人関係が88.7%（141人）、その他が0.6%（1人）、中学生は、学習面が30.5%（107人）、対人関係が54.4%（191人）、その他が15.1%（53人）、高校生は、学習面が42.6%（161人）、対人関係が45.2%（171人）、その他が12.2%（46人）、であった。小学生では対人関係を問題とするものが80%以上であるが、中学、高校になるにしたがって、その%は低くなる。逆に、学習の問題は、小学生10.7%、中学生30.5%、高校生42.6%と高くなっていく。これは、必ずしも中、高になるにしたがい、対人関係の問題が少なくなることを意味するものではなく、学習に関する問題のウエイトが高くなったと解される。

「家庭生活」の出来事については、全体的にみて、

「No.15 対人関係—家族—親」が最も多くあげられており、次に「No.18 その他」が多い。家庭では親との対立が児童・生徒にとって最も困難と感じるのは当然と考えられる。

自分自身の問題については、カテゴリー No.24、25、26 の自信や将来への展望に関する事柄が、小学生、中学生ではほとんどあげられなかったのに対し、高校生はかなりあげていた。自己の容姿や内面、そして将来の展望は、青年期のアイデンティティーを確立していく上での重要な要素である。まだモラトリアムの時期にある高校生のこのころを反映した現象と言ってよいだろう。

### 3. 自己援助努力の実態

困難な出来事に遭遇したとき、人はどのような自己援助努力をしようとするのだろうか。困難に遭遇したとする1083名のうち、無記入の111名を除き、小、中、高校生972名をこの項の分析対象とした。

まず、質問5の回答から、自分一人で努力した人と他者に援助を求めた人に大きく分け、その分布を学年ごとにみたのが Table12である。ここでは一度でも他人に援助を求めた人は、援助を求めたカテゴリーに入れた。学年ごとに $\chi^2$ -検定を行ったところ、どの学年も他人に援助を求めた人よりも、自分一人で努力した人の方が有意に多かった（小5： $\chi^2=21.62$ ,  $df=1$ ,  $p<.01$ 、小6： $\chi^2=19.76$ ,  $df=1$ ,  $p<.01$ 、中1： $\chi^2=22.78$ ,  $df$

$=1$ ,  $p<.01$ 、中2： $\chi^2=16.79$ ,  $df=1$ ,  $p<.01$ 、中3： $\chi^2=3.24$ ,  $df=1$ ,  $p<.10$ 、高1： $\chi^2=9.17$ ,  $df=1$ ,  $p<.01$ 、高2： $\chi^2=15.1$ ,  $df=1$ ,  $p<.01$ 、高3： $\chi^2=4.53$ ,  $df=1$ ,  $p<.05$ ）。中3と高3において、一人で努力の割合が50%台で他の学年（60%、70%台）よりやや低いが、これは最終学年で学習面の問題を抱えやすく、自分で解決できず、他人に援助を求める機会が多かったためと考えられる。

次に、自分一人で努力した人が、具体的にどのようにして乗り越えようとしたかを分析する。Table13は、自己援助努力を問題に向き合って解決のための行動をした人と、問題に直接向き合わず別の行動をして自分自身を支えようとした人の割合を学校種別にみたものである。

2×3の $\chi^2$ -検定の結果( $\chi^2=59.76$ ,  $df=2$ ,  $p<.01$ )分布には有意差が認められた。つまり、小学生では問題に向き合う人は少ないが、中、高校生になると直接問題に向き合う人の割合が多くなる。小学生で問題へ向き合う割合が少ないのは、彼らにはいろいろな困難な問題に直接向き合い、それを解決する力（自我の強さ）がまだ十分ではないため、結果的に、耐える、あきらめるなどの消極的な対処しかできないためと考察される。

大迫（1994）は、高校生は問題の種類によって、行うストレス対処の頻度が異なり、特に、教師・学校関係になると、問題中心型対処行動が減少し、情緒中心型対処行動が増加することを明らかにしている。このことは小学生にとっても言えることで、問題によって、児童自身が面と向かって対処しやすいものと、そうでないものがある。例えば、学習の問題などは、どう努力すれば解決できるかが明確であり、比較的それに向かって努力のし甲斐があるが、対人関係の問題になると、複雑に問題がからんでくるので、どう努力すべきか迷うことが多くある。その結果、自分からはなにも働きかけられなかったりする。Table11にみるごとく、小学生が遭遇した出来事の多くは友人との対人関係の問題である。そこに問題と向き合うことの難しさが、問題と向き合う人の割合が、中、高校生に比べ相対的に少なかったと考えられる。

Table14は、学年別に自己援助努力のカテゴリー別頻度を示したものである。ここでは、複数回答も含まれている。これをみると、小5と小6でもっとも多く用いた努力はカテゴリー No.6の問題に向き合うことのない行動、つまり、耐える、時間が過ぎるのを待つといった消極的な行動である。それに対し、中1から高3まではカ

Table12 一人で努力する人と援助要請する人の人数と%

学年	一人で努力		援助要請		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	
小5	57	77.0	17	23.0	74	100	**
小6	71	72.4	27	27.6	98	100	**
中1	91	71.1	37	28.9	128	100	**
中2	86	68.3	40	31.7	126	100	**
中3	59	59.0	41	41.0	100	100	+
高1	80	63.5	46	36.5	126	100	**
高2	104	65.4	55	34.6	159	100	**
高3	94	58.4	67	41.6	161	100	*
計	642	66	330	34	972	100	**

\*\* $p<.01$  \* $p<.05$  + $p<.10$

Table13 問題に向き合う人、向き合わない人の人数と%

校種	問題に向き合う		問題に向き合わない		計	
	人数	%	人数	%	人数	%
小学生	45	35.2	83	64.8	128	100
中学生	142	60.2	94	39.8	236	100
高校生	209	75.2	69	24.8	278	100
計	396	61.7	246	38.3	642	100

Table14 自己援助努力のカテゴリー別の人数

カテゴリー No.	自分一人で努力	行 動	向き合う	積極的	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合計
1					2	3	4	5	6				
2			向き合わない	消極的	3	8	7	4	3	4	4	8	41
3				積極的	4	8	8	2	6	10	12	8	58
4				消極的	20	20	21	27	8	6	6	10	118
5		情 動	向き合う		3	3	5	10	9	21	27	30	108
6			向き合わない		30	40	26	18	12	9	18	9	162

**Table15 学年別にみた援助要請相手の度数**  
(複数回答あり)

学年	友人	親	教師	その他
小5	13	3	3	1
小6	23	6	1	0
中1	23	8	6	4
中2	27	14	9	3
中3	29	9	16	5
高1	35	12	4	9
高2	44	12	7	5
高3	53	8	9	8
計	247	72	55	35

テゴリー No.1の問題に向き合った行動、つまり成績が下がったときは勉強時間を増やすなど積極的な行動である。このように、小学生では問題に遭遇したとき、それに直接向き合って解決しようしない（あるいは出来ない）のに対し、中学、高校生では問題に直接向き合うことができるのは、児童期から青年期に入り、自我がより強くなり、またいろいろな経験も重ねるようになって、課題解決の能力が増すことによると考えられる。

困難な出来事に遭遇したとき、自分では解決できず他者に援助を求める人もかなりいる。Table15は援助を求めた相手を、学年別にみたものである。どの学年も、援助を求めた相手としては友人が圧倒的に多い。嘉数ら（1996）の児童の対処行動の研究でも、男女ともに友人へのサポート依頼が多いという結果がえられており、その結果とも一致する。合計では友人の次に多いのは親であるが、中学3年と高校3年だけは親よりも教師に援助を求める人が多かった。これは、上級学校の受験をひかえ、学習の問題を教師に相談した生徒が多かったためと思われる。

児童・生徒が遭遇する困難な出来事は学校生活というシチュエーションでおこることが非常に多い（Table 10）のであるが、その解決のために教師への援助要請が少ないのは問題である。なぜそうなのかについては、いろいろ議論はあるが、まだ、明確な回答は得られていない。

以上、研究Ⅰでは、児童・生徒が遭遇する困難な出来事、それに対処する自己援助、他者への援助要請を分類し、どの程度の児童・生徒がどのようなシチュエーションで問題にぶつかり、それをどのように解決しようとしたかを、自由記述式回答内容から分析した。研究Ⅱでは、これまでの分析をもとに自己援助行動、援助要請に関する質問紙を作成し、両者の関連を検討する。

## 文 献

大迫秀樹 1994 高校生のストレス対処行動の状況による多様性とその有効性 健康心理学研究 7, 26-34.  
 嘉数朝子、井上厚、上野真喜子、鳥袋美津恵 1996 児童の対処

行動と統制感—社会的経験との関連で— ヒューマンサイエンス 2, 77-68.

神田信彦、大木桃代 1998 中学生のストレス対処—統制感と感情的反応の機能— 健康心理学研究 11, 39-47.

佐々木保行 1996 いじめ—一人で悩まないで 教育開発研究所 p.78, 79, 159, 160

嶋田洋徳 1998 学校生活と学校ストレス研究 心理学ワールド 1, 19-22.

嶋田洋徳 三浦正江、坂野雄二、上野一郎 1996 小学生の学校ストレスに対する認知的評価がコーピングとストレス反応に及ぼす影響 カウンセリング研究 29, 89-96.

神藤貴昭 1998 中学生の学業ストレスと対処法略がストレス反応および自己成長感・学習意欲に与える影響 教育心理学研究 46, 442-451.