

中学生の「友人関係における感じやすさ」とストレス過程との関連

足利市立北中学校 近藤 典子

1.問題と目的

(1)問題提起

中学生の不登校は、依然として大きな課題である。不登校に至るきっかけの中でも「いじめを除く友人関係をめぐる問題」が不登校生徒全体の 19.9%を占めている(文部科学省, 2009)。これは、学校生活に起因した直接のきっかけの中でも大きな割合である。

これまでの研究・調査において、中学生の学校適応には、友人関係の良否の寄与が示唆されていること、友人関係は中学生の悩みの大きな割合を占めていることや、不安や身体反応といった、ストレス反応を引き起こすストレスナーになっていること等が報告されている。これらのことを受け、本研究では中学生の不登校予防の観点から、友人関係に焦点をあてることにする。

(2)中学生の友人関係

これまで、中学生の友人関係に関する研究では、様々なことが報告されている。

○自分の本音を出さない「自己防衛的なつきあい方」、みんなと何でも同じでいたい「みんなと同じようにするつきあい方」が顕著、「自分の地を出して嫌われるのを恐れている」。

(落合・佐藤, 1996)

○中学生の友人関係は仲間集団に居場所を確保する一方で、その集団に属するためにその場や、状況にあわせることが優先されるため、気遣いが作法となっており、自己主張は影をひそめる。

○このような関係のとり方は高度なスキルや配慮が必要であり、そのために親密な関係を築いているにもかかわらず、内面にストレスを蓄積したり、いつの間にか、わだかまりや違和感といったものが、潜むようになっていたりする(藤田・伊藤・坂口, 1996)。

○親密で自己開示的なコミュニケーションにおいて相互にやりとりされるのは、そこで話題になっている具体的問題だけでなく、相手の信頼性や自分に対する誠意など、相互の関係に関わるものであり、こうした関係に関わる資質や感情は、話し方や態度、無意識のしぐさなどにあられる傾向がある(藤田・伊藤・坂口, 1996)。

これらのことに加えて、思春期の心理は、「自分」というものが非常に握みにくく、周りの関係や状況に対して感受性が非常に高まるため、周りの影響を受けやすく、そのため心のバランスを崩したり、些細なことに傷ついたりして、自分の存在感に自信がもてなくなる時期にある(内田, 1999)。他者評価や視線に敏感であり、そうした評価を落とさないよう、気を遣って生活している(田川, 2003)と言えるだろう。

以上のことから、中学生は友人関係において、友人の気持ちや感情に対し、必要以上に関心

を向けることで、身動きがとれなくなり、それと同時に、周囲の影響を受けやすい時期であるため、感じとった友人との関係性に、自分自身の心理などが左右される状況があると思われる。しかし一方で、友人とより良い関係性を築いていく要素もあると考えられる。このことから、友人の気持ちや言動への敏感さや、それらにどのように影響されているか等、友人関係の中で起こっている心理に注目し、友人関係を円滑にさせるような心理や、友人関係において、ストレスに結びつきやすい心理を、検討することが必要であると思われる。

(3)目的

そこで、本研究ではそのような心理を、友人関係における感じやすさとし、「友人の気持ちや言動への敏感さと、それらに対して心理的に影響される程度」と操作的に定義、尺度を作成する。また、感じやすさと類似した概念として、感受性や、傷つきやすさが挙げられる。これらの研究結果からは、ストレス理論に当てはめた検討の必要性が課題となっている(平松, 2003; 三好, 1999)ことを受け、「友人関係における感じやすさ」とストレス過程との関連を検討する。

2. 方法および結果

1)方法の概要

本研究では、次のような手順で調査を行った。

【予備調査】 「友人関係における感じやすさ」尺度の作成。

【本調査】 予備調査の結果をもとに調査を行い、ストレス過程との関連を検討。

尚、参考までに、ストレス過程を図示(Figure 1)する。

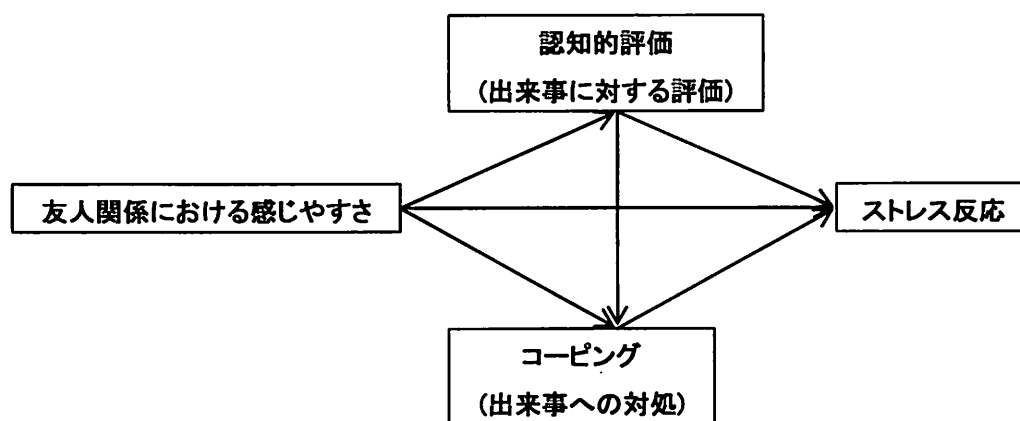


Figure 1 友人関係における感じやすさがストレス過程に及ぼす影響過程

— 加藤(2001)のストレスモデルを改変 —

以下に結果を示す。

2) 結果

①「友人関係における感じやすさ」尺度（本調査の分析から）

因子分析により得られた結果を、資料1のTable 1に示す。

②男子における特徴的結果

全体的な結果を、資料2のFigure 2に示す。

この結果から、「過度な関係づけ」と「評価への無応答」「気持ちの察知・理解」に、注目する。

まず、「過度な関係づけ」が、直接的にストレス反応を高めることが挙げられるだろう。これは、友人関係における感じやすさの下位尺度が、直接ストレス反応に関連しており、個人のパーソナリティがストレス反応に影響することと考えられる。一方で、認知的評価である「コントロール可能性」を高めることが、ストレス反応を低めると言えよう。

次に、「評価への無応答」が高まると、認知的評価の「コントロール可能性」、コーピングの「あきらめ」を高め、さらに「あきらめ」は「不機嫌・怒り」を高めることが示されている。また、「評価への無応答」は、直接的に「不機嫌・怒り」を低める結果となった。このことから、友人からの評価を、気にしないことが、ストレス反応を低めると考えられる。しかし、あまりにも友人の気持ちに無頓着であることは、社会的にも望ましくない側面も出てくると思われる。そこで、別の検定（*t*検定）を行ったところ、「評価への無応答」があまりにも高いと、「あきらめ」を強くもつことが示された。したがって、友人からの評価を気にしない程度は、必ずしも高ければよいとは言えないと考えられ、適度な加減が必要であろう。また、周囲に対してあまりにも無頓着であることは、集団生活での適応に課題が生じることも考えられる。友人の評価にあまりにも無頓着な状態の1つとして考えられるのは、友人関係において、自ら試行錯誤することが少なく、問題に直面した時に、それに立ち向かわない状態である。このため、他力本願的になり、「不機嫌・怒り」を強める結果になると考えられる。また、こういった状態は、能動的な関わりを放棄しているような状態であり、男子にとっては、ストレスを招きやすいのではないだろうか。

「気持ちの察知・理解」が高まると、認知的評価である「コントロール可能性」が高まる。また、それによりストレス反応である「無気力」が低くなるという結果が得られた。

以上の、男子における因果関係の検討から示唆されたことを、以下に述べる。まず、ストレス反応を低める心理として、友人からの評価を適度に気にしないことが、望ましいと考えられる。また、パス解析の結果では、問題への対処を知っていたり、解決できると感じられるコントロール感を高めることが、ストレス反応を低めていた。このコントロール感を高める心理として、友人の様子から、本心や気持ちを読みとったり、理解する心理、友人や自分の言動に注意を向ける心理が示された。このことから、ストレスを低めるためには、心理的に友人に対して能動的な関わりを維持することが必要であると考えられる。

一方、友人のしぐさをネガティブに自分に関係づけ、自分を抑える傾向が強い心理は、間接的にストレス反応を高め、直接的にも、抑うつ・不安や、不機嫌・怒り、無気力、身体的反応

といったストレス反応をあらわしやすいことが、示唆された。このことから、個人のパーソナリティにおいて、そのような側面が強い場合は、それを配慮することや、そういった個人の特性を的確に把握する必要があるだろう。

③ 女子における特徴的結果

全体的な結果を資料 3 の Figure 3 に示す。

この結果から、友人関係における感じやすさの、「気持ちの察知・理解」、「感情の共鳴」、「過度な関係づけ」に注目する。

「気持ちの察知・理解」の高まりは、認知的評価の「コントロール可能性」、コーピングである「積極的対処」を高め、「抑うつ・不安」、「不機嫌・怒り」、「身体的反応」を低めることが示された。また、「気持ちの察知・理解」は直接的に「抑うつ・不安」、「不機嫌・怒り」を高める結果となった。このことから、友人の様子から、友人の本心や気持ちを読みとったり、理解したりすることは、コントロール感や、問題を積極的に対処することを高め、さらに、ストレス反応を低めると考えられる。しかし一方では、「抑うつ・不安」や「不機嫌・怒り」を招きやすい側面も示された。 t 検定の結果からは、「気持ちの察知・理解」高群は、低群に比べ、「コントロール可能性」、「積極的対処」が高いことが示された。また、両群間で「抑うつ・不安」、「不機嫌・怒り」の有意な差は示されなかった。このことから、こういったパーソナリティ傾向の強弱に関わらず、女子においては、こういった心理傾向が、ストレス反応を招きやすいと言えるだろう。したがって、友人の様子から、友人の本心や気持ちを読みとったり、理解したりすることが強いと、間接的にストレス反応を低めていると思われるが、それと同時に、ストレスを招きやすい状態であることもうかがわれる。

次に、「感情の共鳴」である。この高まりは、「コントロール可能性」を高め、コーピングの「あきらめ」を低めることに影響している。尚、「あきらめ」が低くなると、ストレス反応の「不機嫌・怒り」、「無気力」を低めることが示されている。このことから、友人の感情が伝わることで、自分の感情が動かされることが、ストレス反応を低めると考えられる。女子は、自分や友人からの情緒的なサポートや、共感的で親密的な態度が、友人や自分への信頼感を高めること(大和田, 2002)が報告されている。つまり、友人の感情に動かされることで、友人との共感性や親密性が高まり、さらに信頼感が高まることで、「あきらめ」を低めているのではないだろうか。また、「感情の共鳴」が高まると、直接、ストレス反応である「不機嫌・怒り」を低めることも示された。これは、友人の感情に、自分の感情が動かされやすいパーソナリティは、ストレス反応を低めるということを示唆していると言えるだろう。

次に、「過度な関係づけ」であるが、これが高まると、「コントロール可能性」を低め、「影響性」、「サポート希求」を高めることが示された。さらに、「過度な関係づけ」が高まると、直接、ストレス反応である「抑うつ・不安」を高める結果となった。このことから、友人のしづさをネガティブに捉え、それを自分に関係づけたり、自分を抑えたりするパーソナリティが強い傾向は、「抑うつ・不安」をあらわしやすいと言えるだろう。さて、ここで注目すべきは、「サポート希求」への影響である。自分が嫌われるのではないだろうか、また、自分のせいでの

場の雰囲気や状況を壊したのではないだろうかと思うことは、個人にとって居場所を確保できないと捉えられると言えよう。そういった状態は、中学生にとって非常に不安定であり、その際、女子は個人内でそれに対処することよりも、友人に助けを求めることにより安定を図られると思われる。女子は、どうしていいかわからないことがあって、困った時は、友だちに相談するといった、自己表明を多くすること(柴橋, 2001)からも、友人に相談するといったことで、安定を図られると考えられる。しかし、「サポート希求」がストレス反応に結びついておらず、この点については検討の余地があるだろう。

以上の、女子における因果関係の検討から示唆されたことを、以下に述べる。まず、ストレス反応を低める心理として、友人の感情に自分の感情が動かされやすかったり、友人や自分の言動、態度に注意を払ったりする心理や、友人や自分の言動に注意を向ける心理が挙げられる。情緒的な交流は、親密なコミュニケーションであると考えられ、他者に信頼されているという自己イメージをもつ基盤となる(藤田ら, 1996)ことから、女子にとっては重要なものであると言えよう。また、情緒的に柔軟であることが、ストレスを低める要因とも言えるであろう。さらに、友人を通して自分の考えの是非を判断し、また、友人の興味に合わせることで、友人関係における問題に対するあきらめを低めたり、積極的に対処しようとする態度を高めたりして、ストレス反応をも低めることが示された。これは、共通性、類似性を保つことと関連していると思われる。共通性を確認できることが、女子にとっては積極的な姿勢を生むのではないだろうか。さらに、周囲から信頼され、受け入れられているという感覚が、問題に対する積極的な構えを高めると考えられる。つまり、女子は友人と情緒的に柔軟で、友人と結びつきを保ち、周囲から信頼され、受け入れられている感覚を維持することが、ストレス反応を生みにくいと言えるだろう。加えて、パス解析からは、友人関係における問題に対して、解決できると認知することが、ストレス反応を低める結果が示された。この認知を高める心理として、先の2つの心理に加え、友人の本心や気持ちを察知する心理、友人の評価を気にしない心理が挙げられる。しかし、ストレス反応を高める働きも示されていることから、働き方を分ける要因を明らかにしていくことが、今後の課題であろう。

一方、友人のしぐさを、ネガティブに自分に関係づけ、自分を抑える傾向が強いと、「抑うつ・不安」や、「不機嫌・怒り」をあらわしやすいたことが、示唆されたことから、個人の心理において、そのような傾向が強い場合は、それを配慮することが必要であろう。また、友人の様子から、本心や気持ちを読みとるパーソナリティが強いとコントロール感を高め、ストレス反応を低めることにつながっている。しかし、その強弱に関わらず、「抑うつ・不安」や、「不機嫌・怒り」を招きやすい側面をもち合わせている。女子は友人との関係が親密なため、友人の本心や気持ちを探ることで、心理的に不安定な状態を招いていることも考えられる。したがって、女子の友人関係にはそういった要素が潜んでいることを認識しておくことが必要であろう。また、三好(1998)は、被影響性の側面は精神的に不健康に働くと報告しているが、本研究の女子の結果では、それを支持するものと、そうでないものとが示された。「感情の共鳴」は被影響性の一側面であるが、ストレス反応を低める心理であることが示唆され、新たな知見となったと思われる。加えて、本研究では、女子の特徴である、友人と情緒的に関わる側面が強調され、

また、その側面を高めることで、ストレス反応の軽減を図れるとことが示唆されたと言えよう。

3. 総合考察

本研究の結果から、中学生の友人関係における心理には、様々な側面が示された。具体的には、友人の様子や表情から、表現されている感情とは裏腹な、気持ちや感情、思考などを読みとる心理、友人や自分の言動、態度に注意を払う心理といった、解読性の側面(三好, 1999)、また、友人の感情に自分の感情が動かされることや、友人のしぐさや態度といった、非言語的な表現をネガティブに自分に関係づけ、自分を抑える心理、友人からの何らかの評価に気づいていても、それに対して応答しない、気にしない心理といった、被影響性の側面が示された。

また、友人関係における感じやすさが、どのようにストレス過程に影響しているか、男女別に検討を行った結果、男子は、友人に対して心理的に能動的な関わりを促進することで、友人関係を円滑にすることが示唆された。また、友人のしぐさをネガティブに自分に関係づけ、特に自分を抑えることがストレスを生みやすいことが示唆された。女子においては、女子は友人と情緒的な結びつきをし、友人との内的な共通性、類似性を維持すること、周囲から信頼され、受け入れられている感覚を維持することが、友人関係を円滑にすることが示唆された。また、女子は友人との関係が親密であり、言動の基準は友人に依存的であるため、友人の本心や気持ちを探ることで、心理的に不安定な状態を招いていることが示唆された。また、友人のしぐさを自分にネガティブに関係づけ、自分を抑えたりする心理はストレスを招きやすいことも示唆された。

そこで、中学生に友人関係への働きかけの視点として考えられる点を、以下に挙げる。

まず、結果から男女共通して言えることとして、コーピングからストレス反応に、有意なパスがあまり示されなかったことから、コーピングがあまり機能していないことが示唆された。コーピングの本来の目的は、ストレスを軽減させることであるが、中学生はストレスにうまく対処できないこともうかがえる。したがって、コーピングを効果的に機能させることが必要である。立川・福富・西村・永田(2005)によれば、中学生の女子、及び3年生は、ストレス反応が高く、さらに対処方法として、“ひきこもった”、“物にあたった”、“動物や人にあたった”などを多く挙げていることから、ストレス・マネジメント教育の必要性があると述べている。この結果が示しているのは、中学生は、問題や困難に直面した時、現実から距離を置いたり、人や物にあたりたりなど、怒りをぶついたりすることで対処しており、適切な形でストレスの軽減が図れていないということだと考えられる。この背景として、思春期にある中学生は、親からの自律の過程にあり、心身ともに不安定であることが挙げられるだろう。そのため、仮に自らの思考や状態を肯定的に転換させようと試みても、自分の気持ちや感情をコントロールできにくい側面をもっていることが考えられる。さらに、考えられることとしては、どのように対処したら良いのか、どんな方法で解決したら分からないことである。そういった状況であると結局、感情的に発散することで対処せざるを得ないこともあり得るだろう。したがって、適切な形で、ストレス反応を軽減するような方法を、教育することが重要と言え、ストレス・マネジメント教育の実施・充実が必要であろう。

さらに、男女それぞれについて、働きかけの視点として考えられることを述べる。まず、男子においては、心理的に能動的な関わりを維持できることを主眼とした働きかけが必要であると考えられる。三好(1998)によれば、解読性の側面は、社会的スキルに影響されている。したがって、友人の本心や気持ちを読みとることや、友人や自分の言動、態度に注意を向けるといった、スキルの向上を図る援助も必要であろう。また、情緒的な交流のできる友人の存在は、能動的な側面を促進する要因となりうるだろう。一方で、男子は女子に比べ「ライバル意識」が強く(榎本, 1999)、また、非言語的な援助要請が抑制される(岩瀧, 2007)ため、自分の内面や悩みを、あらわしにくいということも考えられる。したがって、男子においては、本人の主体性を援助しつつ、心理的な側面にも注意する必要があるだろう。さらに、友人の気持ちに、あまりにも無頓着な状態は、友人に対してあきらめの気持ちもあり、また、能動的な関わりができていない状態であると考えられる。そのため、不機嫌になったり、イライラしていたりということが、高まっていることも考えられるため、そういった状態に対しては、介入や援助が必要であろう。

女子においては、情緒的な柔軟性を保つことが、ストレスを生みにくいと考えられる。女子にとって、情緒的なつながりは心理的安定をもたらすものと考えられる。思春期にある中学生は心理的側面のみでなく、身体的にも急激な変化の時期にあり、女性としても発達的に大切な時期でもある。しかし、学校生活においては、学校行事に追われ、勉強、テストといった知的な作業に追われ、情緒的な側面に触れる機会が不足している状況もあると思われる。加えて、受験といったことも重なり、友人と競争しなければならないという状況では、友人と情緒的なつながりや柔軟性が保てなくなることも考えられる。したがって、女子については、情緒面に注目し、柔軟性が不足しているようであれば、情緒的な働きかけが必要であろう。そういったことが、友人関係での問題に対して、積極的な姿勢を生むと考えられる。

また、心理的に共通性、類似性を維持することが、ストレスを生みにくいことが考えられる。中学生女子によく見られる、閉鎖的なグループは、そういった心理的背景があるのだろう。そのため逆に、それらを崩すことは、ストレスを生みやすいと考えられる。学校における行事などの活動の際は、日常的に過ごす友人以外の友人との活動が多くなる。これは、心理的に共通性、類似性が崩れ、ストレスを生みやすい状況であると言えよう。樽木(2005)は、学校行事の際にできる、組み合わされた仲間集団に対して、教師のどのような援助介入が有効かを検討している。まず、青年前期の中学生は、接する機会がなかったことを非好意と混同しがちであるが、対人認知が固定化されていないことから、他者のポジティブな側面に気づけることが重要であるとしている。また、教師は指示的な介入を行うのではなく、協力的コミュニケーションを促し、小集団の活動を促進することが重要であるとしている。このことから、新たな集団においては、共通性・類似性を探るのではなく、そこでの目標を共有して、協力していく姿勢を作ることを主眼にした介入が必要と言えるのではないだろうか。

さらに、友人の様子から、気持ちを押し量ったり、本心を理解したりするパーソナリティ傾向は、強弱に関係なくストレスを招きやすいことから、女子の友人関係にはそういった側面も潜んでいることも、認識しておくことも必要であり、個人のパーソナリティの把握も必要であ

ろう。

これまでの検討から、中学生の友人関係における心理に対して、これらの視点からの働きかけが、ストレス反応を低めると考えられる。中学生の不登校のきっかけは、友人関係に起因するものが大きな割合を占めていることから、このような視点を持ち、働きかけることが、不登校予防の一助になるとも考えられる。

最後に、本研究で残された今後の課題を挙げる。本研究では、友人関係における感じやすさの下位尺度の、ストレス過程への影響を検討した際、一つの下位尺度から、ストレスを高めるパスと、ストレスを低めるパスが示された。その際、心理の強弱のみでは説明できず、明確にできなかった点が残った。友人関係における心理が、どのような要因で方向付けられるのかを、検討していく必要があるだろう。

次に、本研究ではストレス過程モデルを仮定し、友人関係における感じやすさが、ストレス過程にどのように関連しているかの検証を行ったが、ストレス反応が高まっている状態では、友人関係における感じやすさが、どのように影響されているのかを、検討する必要があると思われる。なぜならば、中学生のストレスは、友人関係のみではなく、学業や家庭の要因によっても、引き起こされると思われる。したがって、友人関係における感じやすさに、ストレスがもたらす影響を検討することで、介入の視点も広がると考えられる。

次に、本研究において、友人関係は「一緒にいる友人や、クラスの友人」と、友人関係の範囲を幅広く設定し調査した。そのため、仲良しグループと言った特定の関係以外の関係性も反映されていると思われる。今後は、関係性を絞った検討が望まれる。

加えて、中学生の友人関係における心理に有効に働きかけ、ストレス反応を軽減させるような実践研究も望まれる。

資 料 1

Table 1
友人関係における感じやすさの因子分析の結果 (Promax 回転後) $\alpha = .73$

項 目	I	II	III	IV	V
I 気持ちの察知・理解 ($\alpha = .80$)					
26 友だちが強がっていても本当は悲しんでいるのがわかる	.72	-.02	-.04	-.06	-.09
34 友だちが気を遣って笑っていたら、たいていわかる	.67	.00	.06	.09	-.17
37 友だちに嘘を言われても、たいてい友だちの言い方やしぐさから見破ることができる	.62	-.15	.14	.01	-.09
11 友だちがなにかに怒っている時、私は友だちの様子でそれがたいていわかる	.54	.07	-.13	-.15	.09
36 友だちが私を嫌っている時、私は友だちの様子でそれがたいていわかる	.52	.07	-.01	.19	-.10
6 友だちが何をしたいかすぐに気づくことができる	.50	.08	.00	-.16	.02
33 友だちと話しをしている時、私は友だちの表情のごくわずかな変化にも敏感である	.49	-.13	.15	.27	.18
1 友だちがなにかに喜んでいる時、私は友だちの様子でそれがたいていわかる	.49	-.02	-.14	-.16	.15
22 周りに喜んでいる友だちがいれば、すぐに気づくことができる	.44	.14	.05	-.19	.14
II 感情の共鳴 ($\alpha = .80$)					
20 友だちがなにか楽しんでいると、私も楽しくなってくる	-.04	.84	.03	-.03	.02
10 友だちがなにか喜んでいると、私までうれしくなってくる	-.06	.83	.01	-.01	.05
35 友だちがなにか悲しんでいると、私も悲しくなってくる	.11	.64	-.02	.18	-.11
III 評価への無応答 ($\alpha = .69$)					
28 友だちが自分のことをどう見てもそれを気にしない	.01	.07	.77	-.05	.12
24 友だちが私を嫌っていると思っても、私は気にしない	-.08	.13	.76	-.06	.06
32 友だちに何を言われても平気だ	.19	-.01	.53	-.06	-.12
29 友だちがなにか怒っていても、私の気分は影響されない	.01	-.18	.40	.04	.06
9 友だちが私に好意を持っていると思っても、私は何とも思わない	-.06	-.10	.39	.21	-.08
IV 過度な関係づけ ($\alpha = .67$)					
14 友だちにちょっと目をそらされると、自分が避けられているような気がする	.03	.09	-.10	.67	-.01
23 友だちに嫌われるのではないかと思って、言いたいことが言えない	-.16	-.03	-.03	.59	.11
4 友だちと話していて自分のせいでその場がしらけたように感じる	-.05	.00	.10	.53	-.09
12 友だちが何を考えているのか、気になることが多い	.18	.17	-.10	.42	.14
V 言動への注意 ($\alpha = .60$)					
31 友だちの言うことや行動にはいつも注意を払っている	-.10	-.06	.03	.09	.74
27 友だちの態度や表情を、気をつけて見るようにしている	.18	-.02	-.04	.02	.57
3 自分の言うことや行動にはいつも気をつけている	-.08	.06	.06	-.07	.46
因子間相関					
	I	II	III	IV	V
I	-	.44	-.17	.19	.57
II		-	-.22	.03	.36
III			-	-.44	-.33
IV				-	.40
V					-

資料2

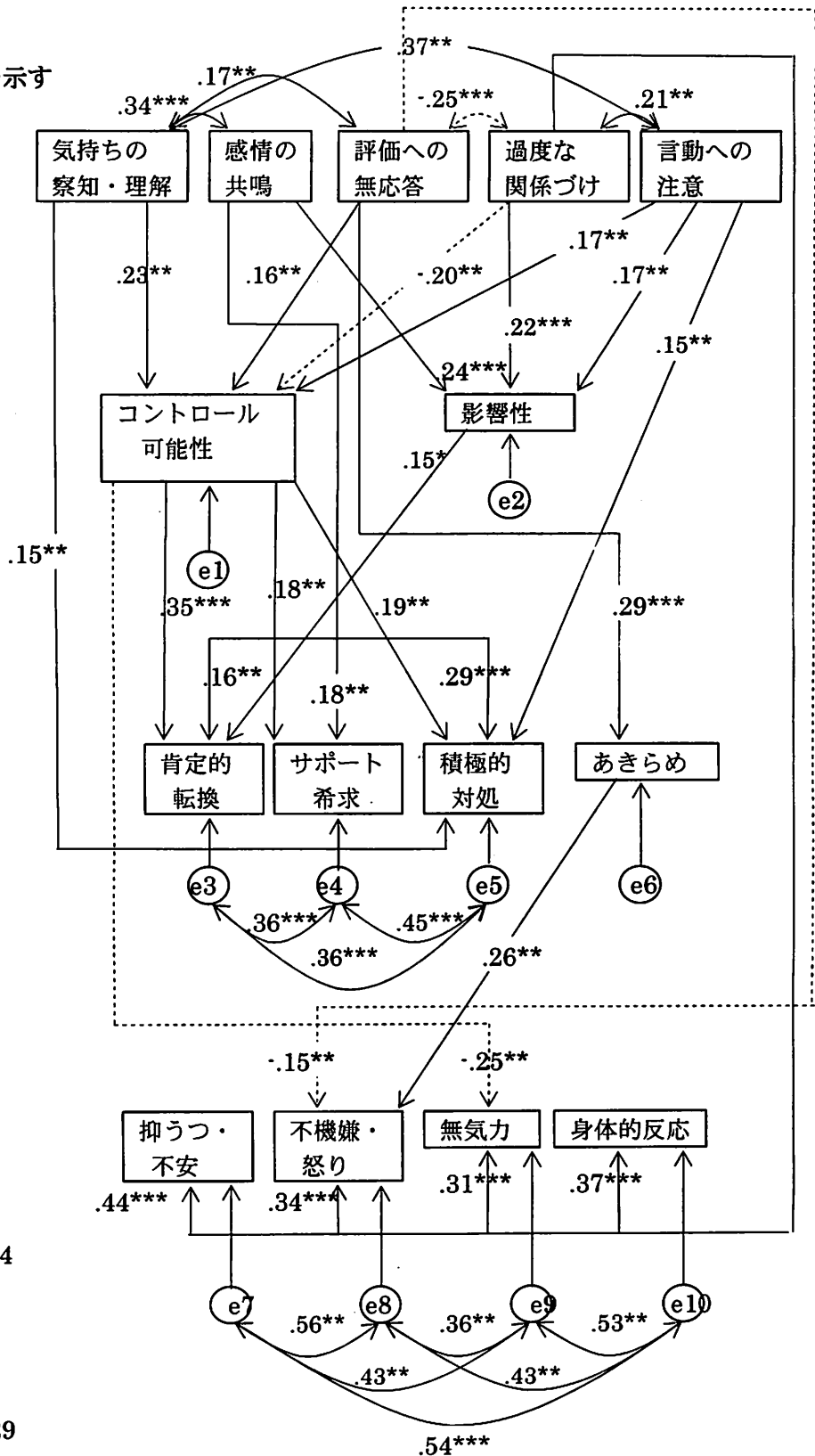
実線は正の影響
破線は負の影響を示す

友人関係における
感じやすさ

認知的評価

コーピング

ストレス反応



χ^2 値=64.074
df=53
p=.142
GFI=.967
AGFI=.926
RMSEA=.029

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$ |パス係数| $\geq .15$

Figure 2 友人関係における感じやすさがストレス過程に影響を及ぼす過程の男子における結果(パス・ダイアグラム)

資料3

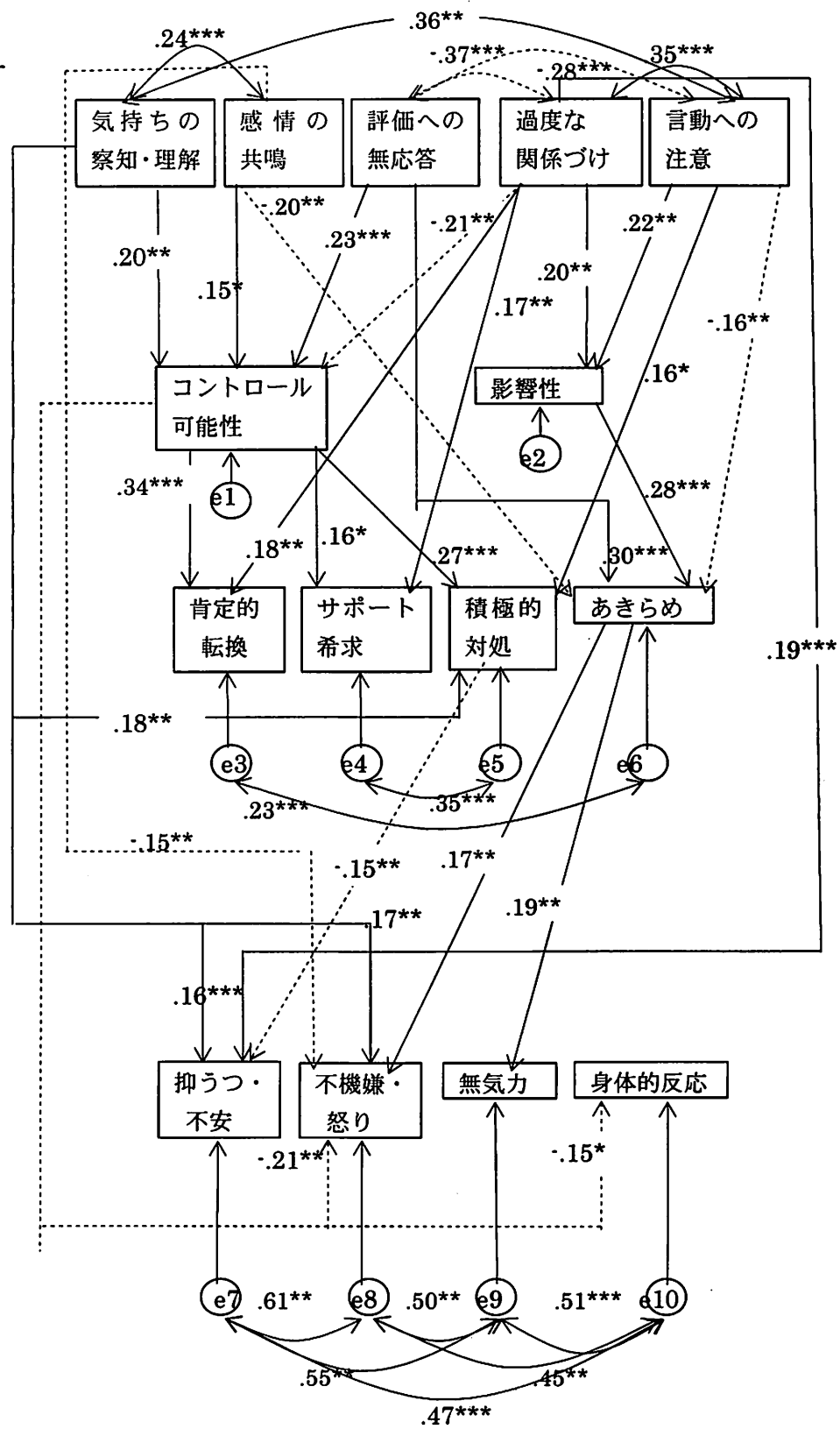
実線は正の影響
破線は負の影響を示す

友人関係における
感じやすさ

認知的評価

コーピング

ストレス反応



χ^2 値=51.349
df=48
p=.344
GFI=.973
AGFI=.932
RMSEA=.017

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$ |パス係数| $\geq .15$

Figure 3 友人関係における感じやすさがストレス過程に及ぼす影響過程の女子における結果(パス・ダイアグラム)

参考文献

- 榎本淳子(1999). 青年期における友人との活動と友人に対する感情の発達的变化 教育心理学研究, 47, 180-190.
- 藤田英典・伊藤茂樹・坂口里佳(1996). 小・中学生の友人関係とアイデンティティに関する研究 東京大学大学院教育研究科紀要, 36, 105-127.
- 平松佳子(2003). 大学生における対人的傷つきやすさに関する研究—対人的成功・失敗場面での原因帰属との関連から— 名古屋大学大学院教育発達科学研究科修士論文(未公刊).
- 岩瀧大樹(2007). 中学生の教師への援助要請スキルに関する調査研究—学校生活適応との関連に注目して— 昭和女子大学大学院生活機構研究科紀要, 16(2), 85-98.
- 加藤 司(2001). 対人ストレス過程の検証 教育心理学研究, 49, 925-304.
- 三好 力(1999). 対人関係における感受性研究の動向 立教大学心理学科研究年報, 41, 67-84.
- 文部科学省(2010). 平成 19 年度生徒指導上の諸問題の現状(不登校)について 文部科学省.
<http://www.mext.go.jp/component/b_menu/shingi/giji/_icsFiles/afieldfile/2009/10/02/1282486_13.pdf> (2010.11.15)
- 落合良行・佐藤有耕(1996). 青年期における友達とのつきあい方の発達的变化 教育心理学研究, 44, 55-56.
- 大和田喜美(2002). 思春期の友人関係からみた信頼感の促進要因の検討 聖マリアンナ医学研究誌, 77, 45-52.
- 柴橋祐子(2001). 青年期の友人関係における自己表明と他者表明を望む気持ち 発達心理学研究, 12, 123-134.
- 田川隆博(2003). 中学生・高校生の友人関係とコミュニケーション 日本教育社会学会第 55 回大会発表要旨集録, 80-81.
- 樽木靖夫(2005). 中学生の仲間集団どうしのつき合い方を援助する学校行事の活用 教育心理学年報, 44, 156-165.
- 立川陽子・福富敦子・西村 芳・永田憲行(2005). 中学生におけるストレスマネジメントスキルに関する研究 熊本大学教育学部紀要, 人文科学, 54, 99-103.
- 内田利広(1999). 学校カウンセリングと発達課題 友久久雄(編著) ミネルヴァ書房, 63-65.

評

子どもは個々に、「主体的に学び、成長する力」をもって、様々な課題を乗り越えようがんばっているが、成長するにつれて勉強のことや学校のこと、友人関係のこと、家庭のこと等々、様々な出来事や困難な課題が重なってきます。

また、いつも心身が元気であるとは限りません。気持ちが落ち込んでいたり、体調が悪かったり、疲れているときもあります。このような心身の状態を理解し、健康で生活するためには、ストレス理論とストレスへの対処の仕方を身につけていくことが重要であります。

このような状況の中で、筆者は不登校の中で大きな要因を占めている「友人関係をめぐる問題」に焦点をあて、「友人の気持ちや言動への敏感さや、それらにどのように影響されているか」、「友人関係の中で起こっている心理に注目し、友人関係を円滑にさせるような心理」、「友人関係においてストレスに結びつきやすい心理」等に視点を定めて検討の必要性を述べ、不登校予防の観点から本研究に取り組みされたことは、とても意義があるものであります。

結果の分析においては、男女それぞれ特徴的結果としてまとめており、中学生の友人関係における心理には様々な側面が示されており、友人関係への働きかけの視点として、コーピングを効果的に機能させることの大切さ、また、ストレス・マネジメント教育の必要性を述べています。教師はこのような専門的知識を身につけ、一人一人の子どもに柔軟に寄り添いながら対応していくことが大切であります。

最後に、今後の課題等も述べられており、継続した研究をさらに積み重ね、本研究が実践的な指導の拠り所となることを期待しております。

この提案はこれからの教育において、大いに示唆を与える実践的研究であります。本市教育の充実のため玉稿をいただきましたことに対し、深く感謝申し上げます、評とさせていただきます。