

中国及び日本における思春期の 心理的ストレスとその要因

雷 秀雅*・堂野 佐俊

Puberty's psychological stresses and its factors in China and Japan

Xiu-ya LEI・Satoshi DOHNO

(Received September 27, 2002)

現代社会は、一億総ストレスとも呼ばれるように、我々の身の回りには多様な心理的なストレスが満ち溢れている。こうしたストレスは大人社会のみならず、学校や家庭をはじめとする子どもの世界にも同様の大きな影響を及ぼしてきている。特に、自我の確立に向けて発達し苦悩する思春期の子ども達にとっては、それが持つ意味は多大である。今日、社会的課題ともいわれる思春期の青少年の行動や生活態度に関する指摘の背景には、彼らをめぐる心理的なストレスの影響があることも考慮されるべき重要な視点である。

本研究は、思春期の心理的ストレスの実態とその要因について明らかにすることを目的とした。ストレスの状況に関しては、頻度と強度、及び対処行動の三つの側面から測定した。対象として、中国及び日本における思春期の子ども517名を用い、日常生活でのストレスについて質問紙により調査を行った。こうした分析に基づき、これら思春期のストレスに影響を及ぼす要因についての検討も試みた。

Key Words : 思春期、ストレス、ストレッサー、対処行動、ストレス・サイン

問題と目的

青年期adolescenceは、「成長する」ことを意味するラテン語の“adolescere”に由来している。思春期を示すpubescenceとpubertyもまたラテン語に由来し、これらはより肉体的な意味合いが強いといわれている。本来的には、pubescenceは毛深いことであり、思春期に下腹部に生じる体毛“pubes”に関連した用語である。また、名詞としての“pubertas”は身体や顔の毛が完全に

*山口大学大学院東アジア研究科博士後期課程

生えそろうた成年期を指すといわれている。したがって、pubescenceという場合には、下半身に体毛が生え始めて性的に成熟するまでの数年間の発達の過程を意味し、pubertyは性的に成熟した時点の状態に限定した意味を示すといわれる (Ausbel, D.P., et al, 1977)。

思春期は、一生の中でも、怒りや孤独、不安や喜びといった感情や情緒が最もエネルギーに表現される時期である。一般に、思春期は以下の3つの条件によって決定づけられ、それらは時代や環境などの差異によっても変わることのないものと考えられている。その第1は、「第二次性徴」と呼ばれる身体的・生理的変化である。これは、いわば思春期の絶対的条件の1つであるが、従来から多くの地域で、性的なことは表現を控え、秘め事としての性格付けがなされ、あまり表面的な話題とされるようなことはなかった。こうした傾向から、他の2つの条件が導かれることになる。第2は「秘密性」であり、思春期には多くの問題を他者に相談することなく、自分の中だけで処理しようとする傾向があり、内に閉じこもることが多くなるということである。また、第3は「自立」へ向けての試行錯誤であり、一人だけの時間を大切にして、身の回りのことを一人で処理する力をつけようとするということである。

思春期が始まる年齢は、個人差が大きいことは大前提であるが、今日、発達加速現象などとして明らかにされているように、時代や社会によっても大きな違いがあることが示されている。特に、中国においては、面積が広く、自然的・地理的な条件においても経済的・政策的な環境においても、必ずしも均質ではなく、思春期の開始年齢には地域差があると考えられる。本研究では、思春期としての発達段階にあると考えられる子どもたちを対象とした。

現代社会においては、身の回りに多種多様な心理的なストレスが満ちている。こうしたストレスは、大人の生活のみばかりでなく、子どもたちの生活にとっても極めて多大な影響をもたらすものとなっている。大人が職場や地域などでさまざまなストレスに囲まれているように、子どもたちも学校や家庭をはじめとする「子どもの社会」の中に多くのストレスがあるのである。特に、思春期という発達段階は、子どもから大人への過渡期の中で、自我の確立、心理的離乳といった発達課題の達成を目前にして、不安や悩みも多く、日常の行動や生活態度の中で、適応上の問題や葛藤が生じやすい。こうした段階の子どもたちにとって、彼らを取り巻くストレスの影響は極めて大きいと考えられる。思春期の不適応行動といった問題の解決に際して、このような心理的ストレスについて理解を深めることは特に重要なテーマである。

Selye, H.は、ストレスの意味に関連してストレッサー (ストレス源) の概念を明らかにしている。彼は、さらにストレッサーを、人々に快く、より害が少なく、むしろ成長や発達に必要なものと、不快でより害的ないわば悪性のものとに区別することが必要と考え、前者をユーストレス (eustress) とし、後者をディストレス (distress) と名づけた。今日では、ストレスという用語は、日本語においても、中国語においても、「心理的な圧力」といった表現が用いられ、あまり歓迎されない状態を表す語として定着している。したがって、今日ストレスという場合には、いわば後者の側面を意味する語として受け止められることが多い。

今日のストレス研究においては、ストレス反応の調節やストレスへの積極的な対処法、といった考え方にに基づき、医学的、心理学的、社会学的な側面から、多角的・学際的な検討が進展している。本研究においては、中国及び日本における思春期の子どもの日常生活でのストレスについて調査し、実態の分析からストレスの発生機序やその要因に関して検討を行い、さらに彼らのストレス対処の行動についても考察を加えることにした。

方 法

1. 調査の対象

Table 1 は、今回用いた対象を示し、総計517人であった。内訳は以下のとおりであった。

- ①中国都市部として、陝西省の西安市中心部にある中学校の1年生161名。
- ②中国農村部として、陝西省の西安市の郊外にある中学校の1年生169名。
- ③日本の調査対象として、山口県の山口市及び小郡町の中学校の2年生187名。

Table 1 有効調査対象の内訳

	配布数	回 収 数		
		男 性	女 性	合 計
中国都会	200	77	84	161 (80.5)
中国農村	200	65	104	169 (84.5)
日 本	230	104	83	187 (81.3)
合 計	630	246	271	517 (82.1)

注) 単位は人数、() は回収率 (%)

2. 手続き

調査の実施は、中国では2001年2月～3月、日本では2001年5月～6月であった。

実施方法は筆者の手渡しによる自記式で、予め調査手順や方法について教示を受けた各学級担任が調査を実施した。それぞれの教師は、各教室で生徒に質問紙を配布し、その場で生徒は記入し、担任がそれを回収した。

3. 質問紙の構成

質問紙は、フェイスシート(性・年齢・学級・きょうだい・家族構成)の他、日常生活ストレス頻度(54項目)とその強度(44項目)及びストレス対処行動(15項目)の各尺度で構成された。

- (1) ストレス頻度尺度: 子どものストレス頻度については、華東師範大学版(中国)の「児童日常ストレス尺度」(1989、100項目)から、中国都市部、中国農村部、日本の各思春期の対象に対して妥当と考えられる54項目を選定した。回答は5件法で、「全然ない」から「非常によくある」までを、それぞれ1点～5点とした。その際、逆転項目は含まれていない。
- (2) ストレス強度尺度: 子どものストレス強度については、李(1998)を参考に、高(1993)

により中国語版として翻案された「児童日常生活ストレス尺度 (CKS)」から、妥当性等を考慮して44項目を選定した。回答は5件法で、「全くいやでない」から「非常にいや」まで、それぞれ1点～5点とした。これらの項目においても逆転項目は含まれていない。

- (3) ストレス対処行動尺度：ストレスへの対処として一般的に用いられる方法として、従来の研究が指摘している点を考慮して、15項目を選定した。回答は5件法で、「全く使わない」から「頻繁に使う」までを、それぞれ1点～5点とした。その際、逆転項目も含まれていた。

結果と考察

1. ストレスの尺度に関する因子分析

ここでのデータ処理においては、中国（都市部・農村部）及び日本における対象を合わせて処理することにして因子分析を行った。因子分析においては、いずれも、因子分析の初期解は主因子法であり、共通性の初期値をSMCと指定し、因子の回転はバリマックス法とした。

(1) ストレス頻度の因子分析

ストレス頻度について因子分析を行い、固有値の減少傾向と因子の解釈可能性を考慮して6因子を抽出した（累積寄与率=51.09%）。Table 2に示すように、第1因子は、「先生や親に叱られるといらいらする」、「機嫌が悪いと物を壊す」、「悪口を言われたら反撃したい」などの9項目であり、「不機嫌・怒り因子」と命名した。第2因子は、「いつも誰かに悪口を言われているように感じる」、「みんなと一緒にいても自分は一人ぼっちと思う」、「友達と一緒に遊ぶよりも一人で遊ぶほうがいい」などの6項目であり、「友達関係因子」と命名した。第3因子は、「成績が悪くなると不安になる」、「テストの成績が分からないと安心できない」などの5項目であり、「成績因子」と命名した。第4因子は、「高い所は恐怖を感じる」、「怖い思いをする」などの4項目であり、「脅威因子」と命名した。第5因子は、「みんなの前で質問されると顔が赤くなる」、「理由がないのに泣きたくなる」、「夜一人で寝るのが怖い」などの4項目であり、「不安因子」と命名した。第6因子は、「テストで悪い点をとった夢を見たことがある」、「成績が悪くて先生や親に叱られる夢を見たことがある」の2項目であり、「成績の夢因子」と命名した。

(2) ストレス強度の因子分析の結果

思春期の子どものストレス強度について因子分析を行い、固有値の減少傾向と因子の解釈可能性を考慮して5因子を抽出した（累積寄与率=51.09%）。Table 3に示すように、第1因子は、「親が約束したことを忘れる」、「親が自分の能力以上のものを要求する」、「親が自分だけに家事をさせて他のきょうだいにやらせない」などの11項目であり、「親の指示因子」と命名した。第2因子は、「友達にいじめられる」、「友達にいじめられると自分も悪いことをする」、「友達に無視される」等の5項目であり、「友達関係因子」と命名した。第3因子は、「悪い夢を見る」、「きょうだいと喧嘩をする」、「家族が喧嘩をする」などの5項目であり、「情緒不安定因子」と命名した。第4因子は、「試合などに参加する」、「参観日がある」、「みんなの前で話しや発表をする」

Table 2 ストレス頻度に関する因子分析

	F 1	F 2	F 3	F 4	F 5	F 6
17先生や親に叱られると、いらいらする	.6475					
33後悔することが多い	.4138					
35勉強するとき、集中力が足りないと思う。	.4986					
37困ったことがあったら、いらいらしてしまう	.4968					
53怒りやすくなる。	.6318					
55うそをつくことがある	.6536					
56人に悪口を言われたら、すぐに反撃したい	.6430					
57きげんが悪いと、ものを壊してしまう	.6495					
59いらいらする	.7363					
16いつも誰かに悪口を言われているように感じる	.4087					
22みんなと一緒にいる時、自分が一人ぼっちだと思う	.7030					
23みんなと一緒にいる時、自分が邪魔な人だと思う	.7417					
24友達と一緒に遊ぶより、一人で遊ぶの方がいい	.5772					
28試合に負け、叱られたとき自分のせいだと思う	.5447					
34ためらうことが多い	.4874					
7成績が悪くなると不安になる			.7154			
8テストの成績が分からないと安心できない			.6200			
9テストになると結果が心配になる			.6652			
10テストが順調に済んでほしいと思う			.6167			
30成績が悪いとき、自分の努力不足だと思う			.5872			
46高いことは恐怖を感じる				.7307		
47怖い思いをする				.7235		
48悪夢を見る				.5210		
52いつも、誰かが自分の後ろにいるような気がする				.4997		
19みんなの前で、質問されたら顔が赤くなる					.4830	
41恥ずかしがって、顔が赤くなる					.5352	
49夜、一人で部屋に寝るのがこわい					.6889	
54理由がないのに泣きたくなる					.5065	
14テストで悪い点数を取った夢を見た事がある						.7141
15成績が悪くて、先生や親などに叱られる夢を見た事がある						.7581
因子負荷量の2乗和	3.9190	3.1301	2.8834	2.2312	2.2035	1.9831
因子の寄与率 (%)	12.2468	9.7815	9.0106	6.9726	6.8859	6.1973
累積寄与率 (%)	12.2468	22.0282	31.0389	38.0115	44.8973	51.0946

などの6項目であり、「**集団活動因子**」と命名した。第5因子は、「先生は機嫌が悪いと生徒を叱る」、「朝の登校時間が早い」、「先生の授業があまり分からない」などの4項目であり、「**学校因子**」と命名した。

(3) ストレス対処行動の因子分析

中国及び日本における思春期子どものストレス対処のあり方について因子分析を行い、固有値の減少傾向と因子の解釈可能性を考慮して4因子を抽出した(累積寄与率=50.45%)。Table 4に示すように、ストレス対処行動としての第1因子は、「目標を決めて、それに向かって一生懸命に努力する」、「尊敬する人から問題解決の方法を学ぶ」、「自分でいろいろな方法を考えて問題を解決する」、「次に何をやりたいかをゆっくり考える」、「自分のどこに問題があったかについて検討する」などの7項目であり、「**積極的行動因子**」と命名した。第2因子は、「問題の原因となった人を非難する」、「他の人に八つ当たりをする」、「無視する」の3項目であり、「**外面的発散行動因子**」と命名した。第3因子は、「先生に相談する」、「親に相談する」の2項目であり、「**相談**

行動因子」と命名した。第4因子は、「心の中で不平（もんく）を言う」、「自分自身に対して怒る」、「問題から逃げる」の3項目であり、「内面的発散行動因子」と命名した。

Table 3 ストレス強度に関する因子分析

	F 1	F 2	F 3	F 4	F 5
68抜き打ちテストがする	.4714				
85親が約束したことを忘れる	.6180				
86親が自分の能力以上のものを要求する	.6661				
87親に塾へ行かせられる	.6058				
88自分だけに家事をやらせて、他のきょうだい	.6383				
89親に叱られる	.5316				
90勉強のために、テレビを見る時間を制限する	.7110				
91家の人が、あなたとよその子どもと比べる	.6697				
92どこへいっても、遊ぶところがない	.5493				
93何かをしている時に、人にじゃまされる	.4576				
94買い物をしたいが、お金がない	.4091				
60友達にいじめられる		.6152			
61友達にいじめられると、自分も悪いことをしてしまう		.4165			
62一番仲良しの友達が突然あなたと話をしなくなる		.7146			
63友達に無視される		.7161			
76きらいな友達と同じグループにさせられる		.4242			
80悪い夢を見る			.5393		
81きょうだいとケンカをする			.7400		
82家の人ケンカを			.5994		
84家の人病気になる			.5487		
98社会はこわく、不安定だと思う			.5591		
71試合などに参加する				.6806	
77参観日がある				.5106	
96みんなの前で、話や発表などをする				.6110	
97自分が醜いと思う				.4477	
101自分の意見が誰かに反対される				.4875	
102友達が自分のことをどう思っているのか気になる				.4453	
67集団行動をさせられる					.4743
73先生の授業があまりわからない					.5747
74先生はきげんが悪いと、よく生徒を叱る					.4013
83朝の登校時間が早い					.6318
因子負荷量の2乗和	4.9758	3.0264	2.6015	2.4770	1.6459
因子の寄与率 (%)	15.5492	9.4575	8.1296	7.7407	5.1436
累積寄与率 (%)	15.5492	25.0067	33.1363	40.8770	46.0206

Table 4 ストレス対処行動に関する因子分析

	F 1	F 2	F 3	F 4
104目標を決めて、それに向かって一生けんめい努力する。	.5212			
105尊敬する人から問題解決の方法を学ぶ。	.4496			
106自分でいろいろな方法を考えて、問題を解決する。	.6919			
107次に何をやりたいかをゆっくり考える	.6203			
114その事をできるだけ忘れようと心がける	.4561			
115自分のどこに問題があったかについて検討する	.5404			
117友達と相談する	.4740			
111問題の原因となった人を非難する		.6741		
112他の人に八つ当たりをする		.6879		
113無視する		.6879		
116先生に相談する			.8318	
118親に相談する			.7679	
108心の中で不平（もんく）を言う				.7553
109自分自身に対して怒る				.7312
110問題から逃げる				.5175
因子負荷量の2乗和	2.1416	1.9792	1.7258	1.7208
因子の寄与率 (%)	14.2775	13.1949	11.5051	11.4717
累積寄与率 (%)	14.2775	27.4724	38.9775	50.4492

2. 思春期のストレッサー

Coddington, R.D. (1972) は、子どものストレッサーには多種多様なものがあるという。例えば、親の病気や死、離婚、別居、再婚、両親の争い、親からの虐待、きょうだいの誕生やその間の競争など家庭での出来事、また教師からの呼び出し、友達との喧嘩、いじめなど学校や近隣での出来事といったことを挙げている。これらのことは、ほとんど「自分の思い通りにならないこと」に結び付きやすく、ストレッサーとなるというのである。

宗像 (1996) は、人間における心理的ストレスを示す関数として、 $\text{Stress} = f(D, P, S)$ といった関係を考え、ストレッサーとして、要求 (D: demand) はあるが、それが思い通りになるかどうかは自信 (P: predictability) がなく、またそのことについての支援 (S: support) もないと思う状態に陥っている状況と定義している。こうした観点からストレスを捉えてみると、人間特に思春期の段階にある若者にとってのストレスとして、「無視される感じ」や「見捨てられる感じ」等は極めて大きな要因となると考えられる。自分が周囲から評価されず、自分自身でも評価できない状態は、周囲の人々や社会から見捨てられるという不安となって苦悩を深めるのである。

上の分析からも明らかであるように、今日の中国及び日本における思春期の子どもたちにとってストレッサーとなっているのは、学業成績・友達関係・親の期待に対する不愉快な出来事であり、先生に叱られることなどである。中でも、学業成績と友達関係における不愉快な出来事は、極めて大きなストレッサーとなっていることが窺える。したがって、洋の東西を問わず、思春期の子どもたちは、成績や友達関係に対する周囲からの評価に敏感で、そうした他者の存在を意に介することが多いといえよう。現代青少年の特徴ともいわれる自信の無さは、このような見捨てられ不安から友達関係に気を使い、大人や教師の機嫌をとることに躍起になり、学校の成績や評価について執心するようになってしまうと考えられる。

(1) 学業に関するストレス

今日では、日本でも中国でも、学歴社会への志向はますます激化し、受験戦争に勝ち、高学歴・高収入を得ることが最大の目標になったかのような社会となり、早期教育、塾通い、家庭教師などは当然といった風潮が支配的になり、学業成績や評価を上げることにのみ関心が集中してくるようになってきている。このような環境においては、親のみならず、子ども達も常に周りの友人を仲間というよりも、むしろ競争相手・ライバルとして認知するようになり、日常生活の中で常に緊張感を持ち続けなければならない。

こうした傾向は、上の因子分析の結果からも示唆される。つまり、今回対象とした中国及び日本における思春期の子どもたちは、特に学業成績に関することがストレッサーとなり、ストレス頻度においてもストレス強度においても得点が高くなっていることである。Table 5 は、ストレス頻度に関して、因子分析で得られた6因子についての因子得点の平均値を示したものである。この表より明らかなように、「成績因子」の得点が他のどの因子よりも高いということである。

Table 5 ストレス頻度に関する因子得点

		標本数	平均値	標準偏差	α 係数
不機嫌	中国都市部	161	2.451	1.388	.79
	中国農村部	169	2.451	1.317	.70
	日本	187	3.182	1.479	.83
友達関係	中国都市部	161	1.819	1.284	.73
	中国農村部	169	2.026	1.224	.54
	日本	187	2.512	1.297	.75
学業成績	中国都市部	161	3.486	1.464	.68
	中国農村部	169	3.447	1.299	.69
	日本	187	3.705	1.465	.83
脅威	中国都市部	161	2.062	1.621	.67
	中国農村部	169	2.272	1.268	.56
	日本	187	2.373	1.654	.71
不安	中国都市部	161	2.422	1.570	.61
	中国農村部	169	2.463	1.293	.50
	日本	187	2.207	1.318	.72
成績の夢	中国都市部	161	1.562	1.140	.81
	中国農村部	169	1.675	1.026	.69
	日本	187	1.492	1.134	.76

つまり、現代の子どもたちは、中国においても日本においても、学業成績に関するストレスを感じることが多いということである。

末廣(1996)は、「勉強はストレスの敵では決してない。本当に好きなことを勉強できているとき、われわれはストレス反応とは無縁の大きな喜びに満ちているはずである」と考えている。つまり、ストレスの促進的効果の指摘である。しかし、それは適度なストレスの場合であり、特に成長期にある青少年にとって、過剰なストレス体験がもたらす負の効果は計り知れない。今日指摘されている思春期の不適応の背景としてストレスが示唆される所以である。

(2) 友人関係に関するストレス

Sullivan, H. S. (1990) は、思春期にチャム(chum)と呼ばれる同性同年代の親友を獲得することの大切さを強調している。「徒党時代」として、それまで徒党を組み群れていた子どもたちは、一对一の親密な人間関係を結ぶことによって相手を思いやり、またその相手の視点から自分を見るという現実在即した自己対象の分析を通して、成熟した成人に期待される愛と共感の能力を育てていくようになって考えている。

ストレス強度に関する因子分析の結果、Table 6 に示しているように、今日の思春期においては学業成績に関することにも増して友達関係に関することについて強い心理的ストレスを感じていることが明らかになった。つまり、「徒党」から「チャム」への過程にある思春期の子どもにとって、友達関係におけるストレスはその影響力が大きいということである。

Table 6 ストレス強度に関する因子得点

		標本数	平均値	標準偏差	α 係数
親の指示	中国都市部	161	3.223	1.694	.82
	中国農村部	169	2.683	1.552	.79
	日本	187	3.858	1.401	.82
友達関係	中国都市部	161	3.297	1.725	.50
	中国農村部	169	2.982	1.513	.47
	日本	187	3.878	1.452	.77
情緒不安	中国都市部	161	3.716	1.733	.73
	中国農村部	169	3.382	1.621	.63
	日本	187	3.567	1.502	.65
集団活動	中国都市部	161	2.321	1.679	.61
	中国農村部	169	2.367	1.583	.72
	日本	187	3.156	1.476	.63
学業成績	中国都会部	161	3.320	1.617	.51
	中国農村部	169	3.070	1.424	.53
	日本	187	3.554	1.480	.55

馬場(1987)は、中学生から高校生への青年期の心理について、「中学生にとって、自分の属するクラス的环境は逃げれようのない場所である。高校生ぐらいになればクラスの友人関係よりクラブなどの人間関係のほうが優先してくる。だから、クラスが面白くなくても逃げ場がある。しかし、中学生は学校生活の大分部をクラスの中で過ごさねばならず、それだけにクラスの中で孤立することは大変なストレスになりかねない」と捉えている。

本研究においても、思春期においては、学校のクラスやグループの中に受け入れもらえないなどといった友人関係についてのストレスが多くかつ強くなっていることが示されている。今日でも、思春期においては、このような「仲間はずれ」という現象は極めて高頻度に起こり、彼らに多大なストレスを生じさせているようである。思春期頃になると、自分のことを周りの人々にどのように思われているかという強い不安と緊張感が大きくなり、場合によっては対人恐怖的傾向に結びつくこともある。これは、いわば思春期特有の心性から生じてくるストレスである。

3. 思春期のストレスに影響を及ぼす要因

Lazarus & Folkman (1984) は、人間の心理的ストレスの過程を「ストレスラー→認知的評価→コーピング→ストレス反応」と想定している。また、嶋田・岡安・戸ヶ崎・坂野・浅井(1993)は、小学生を対象としたストレス研究において、パス解析を用いた心理的ストレスモデルに関する検討を行い、上のLazarus & Folkmanと類似したモデルを見出している。以下では、ストレスに影響を及ぼすと考えられる「性」、「地域」、「家族形態」、及び「きょうだい」の要因に関して、今回のデータに基づいて検討する。

(1) 「性」の要因

長根(1991)は、埼玉県内の小学生(4~6年)を対象とした分析から、児童期のストレスは、

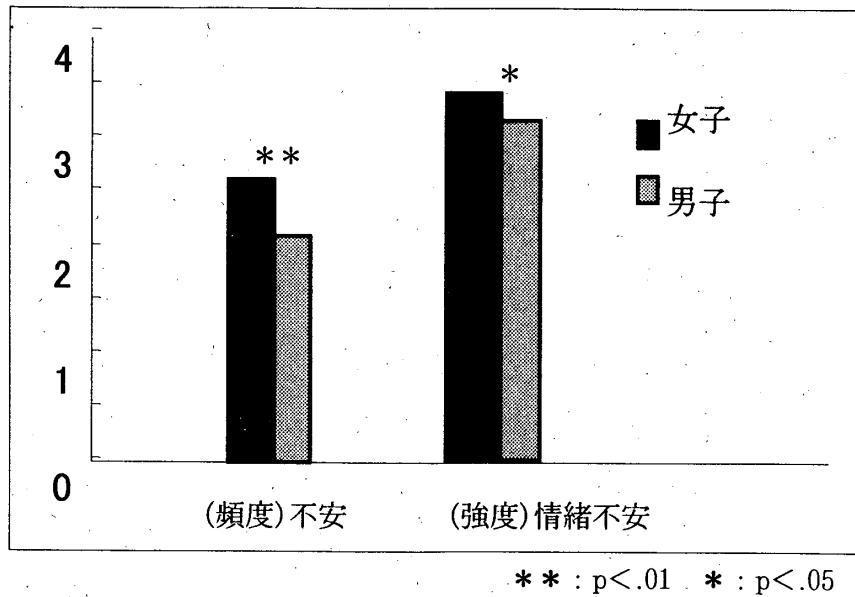


Fig. 1 ストレスの性差

全体的には女兒の方が男児よりも顕著に高いという結果を得ている。また、堂野・田頭・土江(1990)は、島根県内の小学生(4~6年)を対象とした研究から、児童の学校生活におけるすべての項目において女兒の方が男児よりも強いストレスを感じていることを報告している。さらに、塩見・高居(1997)は、京都市内の小学生(4~6年)を対象とした調査から、成績評価因子を除いてすべての因子に「性」の主効果が認められたと報告しており、上の2研究の結果と同様に、男子より女子の方が心理的ストレスを感じやすいことが示唆されている。

本研究においては、ストレスに関する3つの尺度(合計15因子)の中で、ストレスの頻度における不安因子($t=6.1$, $p<0.01$)及びストレス強度における情緒不安定因子($t=2.5$, $p<0.05$)において、男女の間に有意差が認められた。つまり、Fig.1に示すように、ストレスの頻度においても強度においても、男子よりも女子の方が高いということである。結局、ストレスの性差に関しては従来の研究が示す結果と同様の傾向ということであった。

このように、日常生活においては、ストレスの頻度においても強度においても、女子の方が男子よりも高い傾向にある。その背景として、女子は外的な刺激に対して敏感であること(塩見1997)、女子に期待された従来の性役割と生活習慣のギャップ(堂野・堂野、2000)、あるいは児童期後期から思春期へかけての女子の生理的・心理的变化の大きさといった観点も考慮しなければならない。つまり、思春期の女子のストレスの高さには、女子特有の心理・生理的背景があり、男子の場合と同質でないことが推測される。

(2) 「地域」の要因

本研究においては、対象を中国と日本、また、中国における都市部と農村部といった地域によりグルーピングして分析を行った。まず、ストレスに関して中国と日本の間の差異について検討した。その結果、ストレスの頻度においても、強度においても、対処行動においても、いくつか

の因子において両国の対象間に有意差が認められた。Fig. 2 に示すように、ストレス頻度においては、不機嫌因子 ($t=7.9, p<0.01$)、友達関係因子 ($t=9.77, p<0.01$)、学業成績因子 ($t=5.31, p<0.01$) において、中国よりも日本の方が高いことが認められた。一方、不安因子 ($t=5.93, p<0.01$)、成績の夢因子 ($t=4.01, p<0.05$) においては、日本よりも中国の方が高いことが示された。

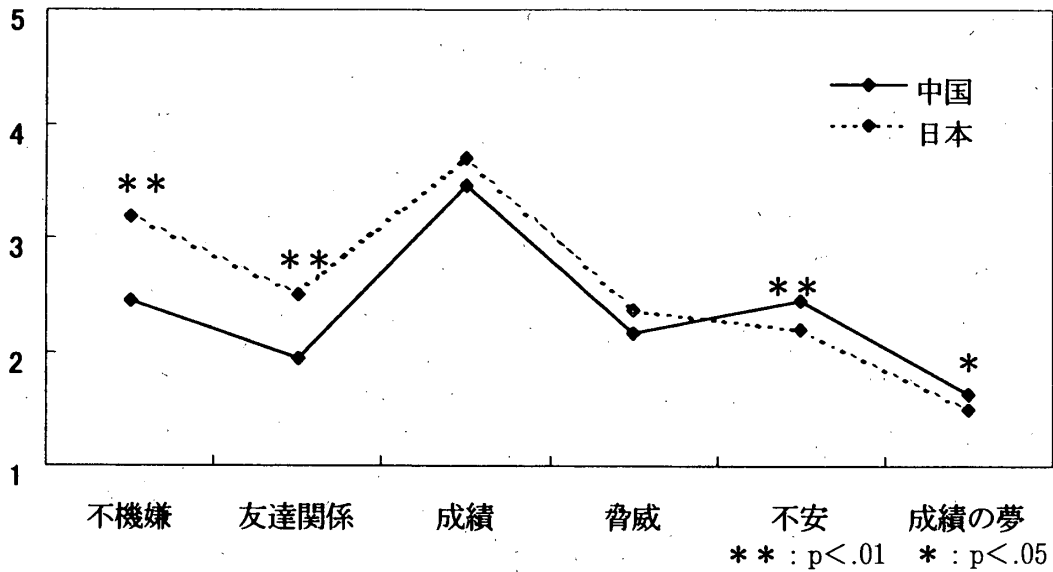


Fig. 2 中国と日本におけるストレス頻度

次に、ストレス強度においては、Fig. 3 に示すように、親の指示因子 ($t=7.79, p<0.01$)、友達関係因子 ($t=6.99, p<0.01$)、集団活動因子 ($t=5.03, p<0.05$) において、中国よ

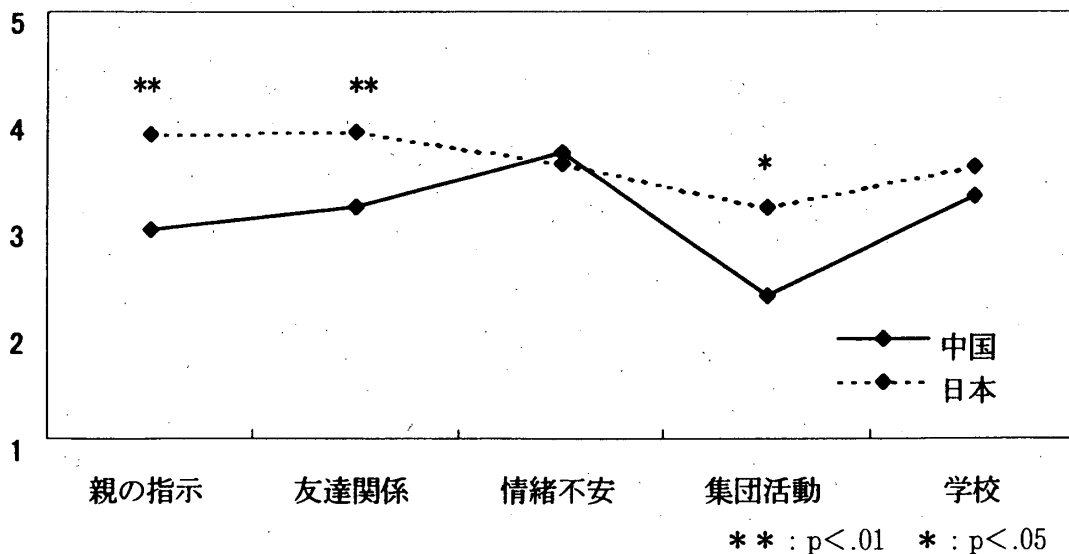


Fig. 3 中国と日本におけるストレス強度

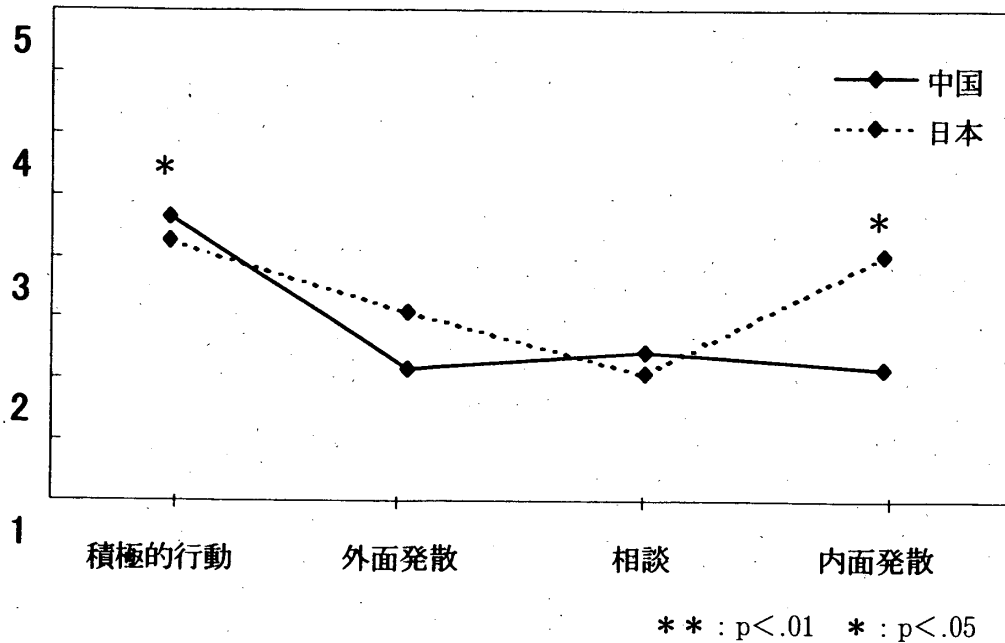


Fig. 4 中国と日本におけるストレス対処行動

りも日本の子どもの方が高いことが認められた。

また、ストレス対処の行動傾向においては、Fig. 4 に示すように、外面的発散行動因子 ($t = 1.88, p < 0.05$)、及び内面的発散行動因子 ($t = 9.10, p < 0.001$) において中国よりも日本の思春期の方が高く、逆に、ストレスに対する積極的行動因子 ($t = 6.63, p < 0.01$) においては日本よりも中国の方が高くなっていることが認められた。

以上、ストレスの3つの側面から中国と日本の対象者群の比較を試みたが、日常生活において、一般的に中国よりも日本の子どもの方がストレスの程度が高いことが示唆された。その背景として、社会的・政治的体制、生活習慣、経済状況、歴史的・文化的・社会的価値観など多くの要因が関与している可能性が考えられる。短絡的に一方的な解釈を断定することは妥当でないかもしれない。さらに、こうした研究法には付随しやすいことであるが、今回の対象者群がそれぞれの地域（中国と日本）を代表する群であったかどうかについても検討の余地は残っている。

次に、思春期のストレスについて中国における都市部と農村部との間の地域差に関して統計的な検討を試みた。その結果、Table 7 に示すように、いくつかの有意差が認められた。ほとんどの因子において都市部の子どもの方が農村部よりもストレス度が高い（つまり、ストレス強度の親の指示因子、友達因子、情緒不安定因子、及びストレス対処行動の積極的行動因子）という結果であり、中国における都市部の子どものストレスの程度を示唆させるものであった。一方、ストレス強度における友達関係因子のみにおいては農村部の子どもの方が都市部よりも顕著に高く、こうした地域における子どもの人間関係上のトラブルや不愉快な出来事を生じさせる頻度が高く、ストレスとなることが多いことも明らかになった。

堂野・田頭・土江（1990）は、児童期の心理的ストレスについて、日本における農村部と都市

Table 7 中国におけるストレスの地域間差異

	都市部 (n=161)	農村部 (n=169)	
	M(SD)	M(SD)	t 値(p)
(頻度)友達関係	1.8(1.3)	2.1(1.2)	4.81(0.001)**
(強度)親の指示	3.2(1.7)	2.7(1.6)	6.10(0.000)**
(強度)友達関係	3.3(1.7)	3.0(1.5)	1.91(0.015)*
(強度)情緒不安	3.7(1.7)	3.4(1.6)	1.74(0.017)*
(対処)積極的行	3.6(1.5)	3.0(1.4)	9.57(0.000)**

** : p<.01 * < P.05

部といった地域間に有意差を見出していない。これについて、彼らは、日本のような島国においては、しかも情報化の進展した社会においては、子どものストレスの性質が地域的に大差なく、全国的にはほぼ同様の傾向を示すようになってきていることの結果ではないかと説明している。

本研究において対象とした都市部は、中国の西安市内にある中学校であり、農村部は西安市郊外（市の中心部から10Km）にある中学校であった。したがって、両地域は、経済的にも、文化的にも、歴史や習慣などにおいても実態としての相違があると考えられる。こうした背景から、中国における都市部と農村部の子どものストレスには差異が生じてきたものと考えられる。

(3) 「家族形態」の要因

人間にとってストレスが体験される社会的状況の要因には他にも多々考えられる。中でも、今日まで多くの研究が行われているのは家族形態に関するものである。岡堂（1991）は、家族の役割について、「老若男女といった年齢や性の異なる人たちから構成される家族は、人間という種にとって基本的な要求を満たすものである。身体面の世話、感情面の支えあるいは知的な交流などの要求や、子どもの養育や行動の制御、意志の疎通や性愛などの欲求は、基本的には家族の関係を通じて充足されるものであろう」と規定している。

本研究においては、得られた資料で、家族を大家族（多世代同居）、核家族（一世代）、特別家族（片親・親の一方単身赴任・祖父母と一緒に）の三つの形態に分けた。この家族の3形態と子どものストレスとの関係について検討したところ、Table 8 に示すようにストレス強度における集団活動因子及びストレス対処行動における相談因子において有意差が認められた。つまり、集団活動因子においては核家族及び大家族の子どもより特別家族の方がストレスが強いことであり、特別家族に育つ子ども達が集団活動の面でのストレスを強く感じていることが示唆される。また、問題を解決する際の相談行動因子においては、大家族及び核家族の子どもよりも特別家族の方がその使用頻度が低いことが明らかにされた。つまり、特別家族においては子どもの相談行動が少ないということであり、その背景として特別家族に家族が本来もつべき役割と考えられる機能が

Table 8 家族形態と子どものストレス

	核家族 (n=330)	大家族 (n=152)	特別家族 (n=35)	F値 (p)
(強度)集団活動	M (SD) 2.42 (1.23)	M (SD) 2.46 (1.27)	M (SD) 3.20 (1.28)	3.22* (0.041)
(対処)相談	M (SD) 2.29 (1.43)	M (SD) 2.18 (1.24)	M (SD) 1.83 (1.87)	4.23* (0.015)

** : p<.01 * < P.05

一部欠如しているという側面があり、その結果、子どものストレスが増大していると考えられる。

家族は、個人が対人交渉を持つ最初の社会である。この点について、津留(1953)は、家族集団の心理的な特質として以下の5点を挙げている。①成員は家族感情といわれる特別な感情によって結合されている。②成員相互の連帯的責任感是最も強い。③成員の人間関係は最も全面的である。④個人が対人交渉をもつ最初の社会である。⑤家族生活は、普通最も一般的で、普遍的に誰にでも経験される社会生活である。現代の社会において、もし、家族が上のような心理的な特質を失ったとすれば、子どもの対人関係に対しては特に大きな影響を与えるはずである。このような観点からみると、特殊家族の子どもが集団活動にストレスを持ち、相談行動が少ない傾向の問題点が明確になってくる。つまり、いわゆる特殊家族に育つ子どもは、集団活動場面におけるストレスが高いにも関わらず、そうした問題の解決方法としての相談行動は少なくなっている。結局、特殊家族においては、本来家族がもつべき役割・機能の一部が欠如していることになり、そうした傾向が家族としての機能を欠落させ、子ども達のストレスを高めていると考えられるのである

(4) 「きょうだい」の要因

少子化傾向、一人っ子政策のような現代社会における子どものストレスの研究において、今回の分析においては、1家族あたりの子どもの数により、「きょうだい」のカテゴリーを3群に分けた。つまり、子どもの数を1人群、2人群、及び3人以上群として、それぞれのストレスに関して検討した。その結果、「きょうだい」のカテゴリーにより子どものストレスが異なることが認められた。しかし、本研究においては、1人群は中国の都市部に集中しており、3人以上群は日本に集中しているというサンプルの偏りがあり、「地域」の要因の影響の可能性も無視できない。こうした背景を考慮した上で結果を概観すると、きょうだい数が少なく、特に1人っ子であれば、日常生活におけるストレスが多大となるという傾向となっている。

家庭における人間関係を大きく分ければ、タテの関係とヨコの関係となる。「タテ」の関係とは親あるいは祖父母との関係であり、「ヨコ」の関係とはきょうだいとの関係である。長田(1987)は、「ヨコの関係における競争や協同の体験は、社会生活を送る上で不可欠な人間として

の経験であり、これをきょうだい関係の中で経験していくことは重要である」と記している。また、「青年心理学の父」と呼ばれるHall,S.は、「一人っ子であることはそれだけで1つの病気である」と極端な主張をしている。その後、この指摘は著名となり、以来、一人っ子の問題は社会的なテーマとして注目されている。こうした問題に関する多くの研究・実践に基づき、子どもの教育・心理を扱う歴代の諸書物においては、一人っ子の特性に関して、その問題性についての警告を発している。

この点に関しては、本研究の結果では、一人っ子の方が日常生活における不安が多いという点を除き、ストレスにおける深刻な問題は見出されない。つまり、きょうだい数の多い子どもより一人っ子の方が不機嫌や怒り、友達関係、集団活動においてストレス度が低く、しかも問題解決の方法に対して積極性は高くなっている。したがって、一人っ子であることそれ自体が「問題」であるとはいえない。むしろ、一人っ子であることの利点を指摘する立場もある。例えば、白佐(1998)は、一人っ子の利点について以下のように指摘している。第1は、経済的にも物質的にも恵まれた教育条件・環境で育てられる。第2は、教育熱心な親に育てられる。第3は、健康の維持・管理に配慮されながら育てられる。ということである。

しかしながら、現実には、一人っ子の中には社会性の発達が遅れ、ソーシャル・スキルの修得が困難で、自己中心的となりやすく、つまり社会化が未熟な状態になりやすく、しかも、幼児期からの発達過程の中で親の過保護的な養育態度の影響を受けて「指示を待つ」傾向が高くなる者も多い。しかし、こうした傾向は決して一人っ子であるからだけの問題ではなく、現代の少子化社会に共通する深刻な課題であるともいえる。いずれにせよ、現代のような少子化社会においては、一人っ子であったりきょうだいの数が少ないといった子どもの数が増加している。このような現代の家族の状況においては、雷(2002)も一部明らかにしているような親の養育態度との関係の他、親子関係、家族の特性や機能、思春期の発達心理、集団効果など、多くの面から長期的な検討が望まれる。

総合考察

本研究においては、中国及び日本における中学生517名を対象として、彼らのストレスについて調査した。ストレスの各尺度(頻度、強度、対処行動)について別々に因子分析を行い、15因子を抽出した。ストレス頻度は不機嫌・怒り、友達関係、成績、脅威、不安、成績の夢の6因子であり、ストレス強度は親の指示、友達関係、情緒不安定、集団活動、学校の5因子であり、ストレス対処行動は積極的行動、外面的発散行動、相談行動、内面的発散行動の4因子であった。分析の結果、今日の日本及び中国の思春期の子どもにおいては、「学習に関するストレス」と「友達関係に関するストレス」が日常生活において最も影響を及ぼすものであることが認められた。

思春期のストレスに影響を及ぼす要因について検討したところ、日常生活でのストレスと性及

び地域、家族構成との関連性が見出された。嶋田（1994）は、子ども達に観察されるストレス反応についての研究から、「気持ちが沈んでいる」「何となく心配である」などといった抑うつ・不安反応、「イライラする」「不機嫌で怒りっぽい」などといった不機嫌・怒り反応、「何もやる気がしない」「何にも集中ができない」などといった無気力反応、「疲れやすい」「頭がくらくらする」などといった身体的反応に分類している。一方、竹中（1998）は、「家庭における子どものストレスのサインは、何気ない子どもの言動に現われることが多い。親は小さい時から子どもと一緒に生活し、そうしたサインを簡単に見逃すことがない。子どもはサインを送るタイミングを見計らっているものである。しかし、場合によっては、子どものサインを、「後にして」といった応対で、見逃したり先送りしてしまうこともある」と警鐘を鳴らしている。

本研究においても、思春期の子どもの幾つかのストレスのサインが示唆された。まず、ストレス頻度の分析からみると、中国及び日本の子ども両方において、「人と一緒に失笑する」、「周囲の音を気にする」、「いらいらする」、「手に汗を握る」、「恥ずかしくて顔が赤くなる」などが一つのサインとなることが考えられる。したがって、今日の子どもたちは、日常生活での不安やストレスを自分の何らかの身体的な変化として表す傾向があるといえよう。次に、ストレス強度の観点からみると、「人に邪魔される」、「友達にいじめられる」、「ペットが死ぬ」などに対してストレスを強く感じており、迫害感や別離感の体験もストレスのサインとして考えることができる。また、ストレス対処行動からみると、「先生に相談する」及び「親に相談する」は最も頻度が低く、思春期の子どもは、不安や悩みを年長者よりも友達に相談する傾向が高くなっている。こうした観点からは、親や教師への相談からストレスのサインが発現することよりも、友達関係の中にサインが見出される場合が多いことが示唆される。

我々の世界には心理的ストレスが皆無ということとは考えられない。上記のように、むしろ適度のストレスは「人生の香辛料であり、心身を逞しくする」ともいわれ、健康的な生活にとって欠かせないものである。しかし、ストレスはその性状とストレスを認知する主体の側の要因との関連において有害にもなり、効果的にもなる。有害・抑制的なストレスに適切に対処するためには、子ども、教師、親、傍にいるすべての者が安定し、受け入れられる存在となり、愛され、尊敬される存在となっていることが大切である。また、ストレス対処の前提条件ともいえるが、他から攻撃されたり生命を脅かされたりすることのないような、自己保存の欲求を満足させてくれるような環境作りを配慮しておくことも大切である。さらに、環境からの要求や圧力は人間にストレスをもたらすが、それに対する反応の仕方や程度には個人差や集団間差があり、ストレス・イベントに対する感受性や傷つきやすさもそれぞれ異なっている。したがって、ストレスの問題を考える際には、その子どもの特性（個人差）が大きく関与していることを無視することはできない。

References

- Ausubel, D.P., Montemayor, R., & Svajian, P. 1977 *Theory and problems of adolescent development, 2nd ed.* New York: Grune & Stratton.
- 馬場謙一 1987 友人関係と子どものストレス, 児童心理, 87・9号, 182-185.
- Coddington, R.D. 1972 The significance of life events as etiological factors in the diseases of children. *Journal of Psychosomatic Research*, 16, 7-18.
- 堂野佐俊 1999 現代社会におけるストレスと適応の生涯発達心理学 風間書房
- 堂野佐俊・堂野恵子 2000 発達理解の心理学 ブレーン出版
- 堂野佐俊・田頭穂積・土江禎子 1990 児童期の心理的ストレスに関する研究 広島文教女子大学紀要, 25, 165-177.
- 高源令 1993 小學生日常生活圧力之比較 (台湾) 政治大學教學研究所碩士論文
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. 1984 *Stress, appraisal, and coping.* New York: Spring Publishing Company.
- 雷秀雅 2002 思春期の子どもをもつ親の養育態度と子どものストレスに関する研究—中国の都市部における実態分析— 山口大学心理臨床研究, 第2巻, 99-108.
- 李彦慧 1998 日本及び台湾における小学生の心理的ストレスに関する研究 平成9年度山口大学教育学研究科修士論文
- 宗像恒次 1996 最新行動科学からみた健康と病気 メヂカルフレンド社
- 長根光男 1991 学校生活における児童の心理的のストレス分析 教育心理学研究, 39, 182-185.
- 長田雅喜 1987 家族関係の社会心理学 福村出版
- 岡堂哲雄 1991 家族心理学講義 金子書房
- 嶋田洋徳・岡安孝弘・戸ヶ崎泰子・他 1993 小学生の心理的ストレス過程 日本心理学会第57大会発表論文集, 596.
- 嶋田洋徳 1994 小学生用ストレス反応尺度の開発 健康心理学研究
- 塩見国雄・高居美鈴 1997 学校ストレスについての研究—小学生用「学校ストレス尺度」の作成 教育学研究, 9, 33-34.
- 白佐俊憲 1998 一人っ子の心理と育児・保育 中西出版
- 末廣晃二 1996 勉強のストレスを和らげる 児童心理, 665, 47-52.
- Sullivan, H.S. (中井久夫訳) 1987 精神医学は対人関係論である みすず書房
- 竹中晃二 1998 子どものサインを見きわめる 児童心理, 707, 55-63.
- 津留宏 1953 家族の心理 金子書房