

【共同研究】

## 中学生におけるいじめとストレスの関連性についての研究

吉川 延代\* 今野 義孝\*\*

### Relationship between stress and bullying in middle school students

Nobuyo YOSHIKAWA, Yoshitaka KONNO

Three studies were conducted. Study 1 examined the characteristics of stress in 294 students at a public middle school. Study 2 examined the relationship between stress and attitudes towards bullying. Study 3 involved a semi-structured interview of 16 students who experienced bullying in elementary school and investigated their psychological state upon initial enrollment in middle school. Results were as follows: Study 1 identified “academics” as the biggest stressor in school. Study 2 suggested that “students who leave their answer sheets blank” may attack others as a way to relieve stress. “Third parties/bystanders” were found to have difficulty consulting teachers and friends about alleviating stress. This group might indirectly complicit in bullying. Study 3 revealed that victims of bullying in elementary school subsequently suffered from aftereffects. However, students with adequate parental support suffered fewer aftereffects.

**Key words** : stress, attitudes towards bullying, bully, bullying victim

ストレス、いじめに対する考え方、いじめ加害者、いじめ被害者

### はじめに

文部科学省の定義では、いじめを「子どもが一定の人間関係のある者から、心理的・物理的攻撃を受けたことにより、精神的な苦痛を感じているもの」「いじめか否かの判断は、いじめられた子どもの立場に立って行う」と定義している（2007年1月19日）。「児童生徒の問題行動等に関する調査協力者会議」（1966）によると、いじめられた経験があると回答した児童生徒の割合は、小学校21.9%、中学校13.2%、高等学校3.9%であり、年齢が高くなるにつれて減少していく傾向がある。いじめの様態は、小学校・中学校・高校を通じて、「悪口・からかい」「仲間はずれ・無視」が多い。

特に、「仲間はずれ・無視」は女子に、「殴る・蹴る」は男子に多い。一方、いじめ加害経験のある児童生徒の割合は、小学校25.5%、中学校20.3%、高等学校6.1%であり、被害経験の割合より高くなっている。このことは、ある特定の児童生徒が複数の児童生徒からいじめを受けていることを示唆している。

いじめの認知件数は、最近減少傾向にある。「平成21年度児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査（暴力行為、いじめ、高等学校不登校等）について」（文科省、平成22年9月）によると、平成21年度の小・中・高・特別支援学校におけるいじめの認知件数は約7万3千件となっており、前年度（約8万5千件）より約1万2千件減少している。詳細は、小学校34,766件（前年度より6,041件減少）、中学校32,111件（前年度より4,684件減少）、高等学校5,642件（前年度より1,095件減少）、特別支援学校259件（前年度より50件減少）

\* よしかわ のぶよ 文教大学人間科学部非常勤講師

\*\* このん よしたか 文教大学人間科学部臨床心理学科

の合計72,778件(前年度より11,870件減少)となっている。しかし、いじめの認知件数が減少したからといって、いじめがなくなったわけではない。

それでは、どのような原因でいじめは生じるのだろうか。国立教育政策研究所が2004年度に行った追跡調査によれば、「仲間はずれ」「無視」「陰口」といったいじめの例では、いじめる生徒といじめられている生徒は短期間で入れ替わっており、いわゆる「いじめられっ子(いじめられやすい子ども)」や「いじめっ子(いじめやすい子ども)」も存在しないとされる。この理屈は、いじめ加害者が、「いじめではなく、いじっているんだ」という口実や、いじめられている子どもが報復を恐れて「何でもないただのいたづらをされただけ」という説明と似ている。また、同じ報告書では、いじめの原因について、「何か特別な問題や背景があるから、いじめが起きる」わけではなく、「そうした問題の有無とはさほど関係なく、いじめは起きうる」「ちょっとしたきっかけで、いじめは起きてしまう、広がってしまうのが実態である事が分かる」と述べている。こうしたとらえ方はいじめの根源を探り、それを絶とうとするものでなく、むしろいじめの放置と悪化を招く恐れがある。そして、いじめ被害者にはもとより、いじめ加害者においても心身の健康を阻害する恐れがある。

いじめの被害経験が子どもに与える影響としては、抑うつ反応、自信の喪失、自殺企図、不登校など、子どもの心身の健全な発達を長期的に阻害することが指摘されている(Beane, 1998)。とりわけ、仲間はずれのような関係性のいじめ被害を受けた小学生においては、孤独感や抑うつ傾向が高いことが報告されている(Crick & Grotpeter, 1966)。このように、いじめ被害を受けた中学生は、被害を受けたことのない中学生に比べて、精神的・身体的不調を強く訴えており、それは特に女子に顕著である。

しかし、被害者だけでなく加害者も心身の健康状態が悪いことが指摘されている。教師との関係や友人との関係のストレスを受けた経験の多い子どもは、不機嫌・怒り反応を示す傾向が高く(嶋田・岡安ら, 1992; 岡安・嶋田ら, 1992)、も

ともと敵意性の傾向が高い子どもほど、そのようなストレスに直面した場合に、他者への攻撃行動が出やすいことが指摘されている(神村・嶋田, 1998; Rigby, 1998)。いじめ被害者だけでなく加害者の心身の健康状態も良好でないことは、前述の「児童生徒の問題行動等に関する調査協力者会議」(1966)の調査においても指摘されている。それによると、いじめ加害生徒は「気持ちスカッとした」「おもしろかった」「何とも思わなかった」などと述べていることから、ストレスを緩和するためにいじめを行っている可能性が考えられる。7,000名以上の中学校におけるいじめ被害者と加害者の心理的ストレスについて調査を行った岡安・高山(2000)も、被害者と加害者の双方に不機嫌・怒りや無気力のレベルが高い者が多く、さらに教師との関係が良好でない者が多いことを報告している。このことから、いじめに対する考え方や態度とストレスとの間には一定の関係があると思われる。

吉川・今野(2008)は、中学生を対象とした調査において、いじめについての考え方とストレスとの関係について検討した。その結果、いじめはあってはならないとする「いじめ否定群」の生徒は、「第三者的・傍観者群」の生徒よりも友人のサポートがあると感じており、ストレス時に友人に助けを求めることができ、健康的な方法で発散することができるが見だされた。いじめについてノーコメントの「無記入群」の生徒は、「いじめ否定群」の生徒よりも、自分のいらいらを「人の嫌がることを言う」ことで解消する傾向が示唆された。以上のことから、いじめの予防には、いじめに対する考え方とストレスとの関係についてさらに詳細に検討する必要がある。

ところで、いじめはいじめの被害者に抑うつや自尊心の低下、心身症、対人不安などの症状をもたらす(Hawker & Boulton, 2000; 岡安・高山, 2000)。しかも、そうした状態はいじめ被害が終息した後まで引き続くことが多い。荒木(2005)は、いじめ被害体験者は青年後期において、特に対人的なストレスイベントを多く体験しているわけではないにもかかわらず、いじめ被害を体験していない者と比較して、より適応状態が悪い傾向

が見られたと報告している。また、坂西（1995）や香取（1999）、それにRoth et al（2002）は、学生を対象とした回顧的調査を行い、被害体験者は当時の心理的苦痛が大きいほど、活動意欲の減退や抑うつ感を強く感じていることを報告している。このように、いじめ被害の体験は、その後の心理的な健康に負の影響をもたらすと考えられる。そうした負の影響を軽減するためには、どのような援助が必要なのだろうか。それを明らかにするためには、実際にいじめ被害にあった生徒の実態について調査する必要がある。

以上の理由により、本研究では中学生におけるストレスといじめとの関連性について、次の3つの研究を行う。研究1では、中学生におけるストレスの実態を把握し、そこから中学生の体験するストレスの特徴について検討する。研究2では、いじめに対する考え方とストレスとの関係についての検討を通して、いじめ防止の観点を探索する。研究3では、中学校入学時点で生徒全員にアンケート調査を実施し、主としていじめ被害を経験した生徒の現在の心理的狀態について検討する。そして、これらの研究を通していじめへの対応や生徒の心理的な健康を育む学級・学校の在り方について検討する。

## 研究1

### 方 法

#### 1. 調査参加者

調査参加者は、A公立中学校の全校生徒計294名（男子157名、女子137名）である。その内訳は、1年生119名（男子67名、女子52名）、2年生82名（男子42名、女子40名）、3年生93名（男子48名、女子45名）である。調査は、担任の指示のもとに一斉に実施し、担任が回収した。

#### 2. 調査時期

調査期間は、2009年7月である。

#### 3. 調査内容

##### (1) 学校ストレスサー尺度

嶋田（1998）の学校ストレスサー尺度24項目に

部活動の仲間関係1項目を追加した計25項目である。その内訳は、①友人関係7項目、②学業6項目、③教師との関係6項目、④部活動6項目である。得点は、各カテゴリーについて、「経験頻度（どれくらい経験しているか）×嫌悪性（どれくらい嫌か）」を算出し、それぞれの平均値を求めた。得点範囲は0～9点である。

##### (2) ストレス反応尺度

嶋田（1998）のストレス反応尺度24項目に睡眠に関する1項目を追加した計25項目で、その内訳は、①不機嫌・怒り（6項目）、②抑うつ・不安感情6項目、③身体的反応7項目、④無気力6項目である。得点は、各カテゴリー得点の平均値を算出した。得点範囲は0～3点である。

##### (3) ソーシャルサポート尺度

嶋田（1998）のソーシャルサポート尺度25項目を用いた。その内訳は、①父親5項目、②母親5項目、③きょうだい5項目、④先生5項目、⑤友人5項目である。得点は、各カテゴリーの平均値を算出した。得点範囲は0～3点である。

##### (4) コーピング尺度

筆者と担当教員とで作成した18項目で、その内訳は、①気晴らし型5項目、②ソーシャルサポート型3項目、③攻撃（八つ当たり）型3項目、④問題解決型3項目、⑤回避型1項目、⑥消極的対処型3項目である。得点は、各カテゴリーの平均値を算出した。得点範囲は0～4点である。

##### (5) 生徒の生活

生徒の日常生活について、①1日平均のテレビ視聴時間（分）、②1日平均のゲームをする時間（分）、③1日平均の家庭学習の時間（分）を調べた。

## 結 果

### 1. 学校ストレスサー尺度

Table 1に示す通り、1年生においては男女とも最もストレスに感じている（高得点になる）のは「学業」で、次が「部活」である。2年生は男女とも、「学業」と「教師との関係」が高得点である。女子は「部活動」も高得点になっている。3年生においてもやはり男女とも「学業」が最も高得点であるが、男子では「教師との関係」が、

女子では「部活」がそれに続いている。全体的に見ると、どの学年においても男女とも「学業」が最も大きなストレスになっている。次いで、「教師との関係」「部活動」の得点が高くなっている。

Table 1 学校ストレス 学年別男女別平均

学年	友人	学業	教師	部活
1年男子	1.2	3.1	1.3	1.7
1年女子	0.5	2.5	1.0	2.2
2年男子	0.6	2.4	2.5	1.5
2年女子	1.4	3.6	3.5	3.1
3年男子	1.1	2.9	2.5	1.5
3年女子	1.2	3.1	2.0	2.2
男子全体	1.0	2.9	2.0	1.6
女子全体	1.0	3.0	2.1	2.5
全体平均	1.0	2.9	2.0	2.0

## 2. ストレス反応尺度

ストレス反応尺度とは、ストレスを受けた時の反応としてどのような症状を感じているかを測定する尺度である。ここでは、「不機嫌・怒り感情」(腹立たしい、いらいらするなど)、「抑うつ・不安感情」(みじめな気持ち、不安など)、「身体反応」(頭が重い、体から力がわいてこないなど)、「無気力」(何事にも自信がない、勉強が手につかないなど)の4つのカテゴリーについて調査を行った。

Table 2に示すように、全体の平均点は、「無気力」(1.2)、「不機嫌・怒り感情」(1.1)、「身体反応」(1.0)、「抑うつ」(0.8)の順となっている。全てのカテゴリーの得点が最も高かったのは、3年生の女子で、「無気力」(1.5)、「不機嫌」(1.2)、「身体反応」(1.2)、「抑うつ」(1.2)である。ストレス反応の得点は、全般的に1年生が最も低得点になっている。学年が上がるに従って、ストレス反応得点が高くなる傾向があり、特に「無気力」の得点は3年生が高くなっている。

## 3. ソーシャルサポート尺度

全体の平均は、Table 3に示すように、「母親」

Table 2 ストレス反応 学年別男女別平均

学年	不機嫌	抑うつ	身体	無気力
1年男子	1.0	0.6	0.9	1.1
1年女子	0.9	0.6	0.9	1.1
2年男子	1.1	0.6	1.0	1.2
2年女子	1.2	0.9	1.0	1.2
3年男子	1.2	0.9	1.2	1.4
3年女子	1.2	1.2	1.2	1.5
男子平均	1.1	0.7	1.0	1.2
女子平均	1.1	0.9	1.0	1.3
全体平均	1.1	0.8	1.0	1.2

(2.0)、「友人」(1.9)、「父親」(1.4)、「先生」(1.4)、「きょうだい」(1.2)の順となっている。どの学年も、男女ともに「母親」と「友人」の得点が高いことが共通している。しかし、1年女子は「母親」(2.0)と「友人」(2.3)との得点が逆転している。また、3年女子も「母親」(2.1)と「友人」(2.3)との得点が逆転している。したがって、女子全体の平均は「友人」(2.3)が最も高い得点になっている。

Table 3 ソーシャルサポート 学年別男女別平均

学年	父親	母親	兄弟	先生	友人
1年男子	1.6	1.9	1.1	1.7	1.6
1年女子	1.2	2.0	1.3	1.4	2.3
2年男子	1.3	1.7	0.9	1.1	1.7
2年女子	1.9	2.4	1.5	1.2	2.3
3年男子	1.3	1.7	0.9	1.4	1.6
3年女子	1.3	2.1	1.3	1.3	2.3
男子平均	1.4	1.8	1.0	1.4	1.6
女子平均	1.4	2.1	1.4	1.3	2.3
全体平均	1.4	2.0	1.2	1.4	1.9

## 4. コーピング尺度

Table 4に示すように、いらいらしたときの対処法として、「気張らし」(寝る、スポーツで発散する、食べる、ゲームをするなど)が最も得点が高く(2.0)、次いで「消極的対処」(がまんする、どうしてよいか分からない、泣くなど)である

(1.8)。男子では、「気晴らし」(2.2)の得点が最も高く、女子では「消極的対処」(2.1)の得点が最も高かった。また、コーピングには、男女差が見られ、男子の方が高い尺度は「気晴らし」(男子2.2；女子1.7)と「攻撃」(男子1.4；女子1.1)である。また女子の方が高い尺度は、「サポート」(女子1.8；男子1.2)と「消極的対処」(女子2.1；男子1.5)である。

Table 4 コーピング 学年別男女別平均

学年	気晴らし	サポート	攻撃	消極的	問題解決	回避
1年男子	2.0	1.3	1.4	1.5	1.4	0.5
1年女子	1.6	1.6	1.1	1.7	1.5	0.3
2年男子	2.2	1.1	1.3	1.3	1.5	0.5
2年女子	1.9	2.1	0.9	2.4	1.9	0.3
3年男子	2.3	1.2	1.5	1.8	1.4	0.4
3年女子	1.7	1.9	1.1	2.3	1.3	0.7
男子平均	2.2	1.2	1.4	1.5	1.4	0.5
女子平均	1.7	1.8	1.1	2.1	1.6	0.5
全体平均	2.0	1.5	1.2	1.8	1.5	0.5

## 5. 放課後の生活について

Table 5に示すように、1日平均のテレビ視聴時間は、男子の平均が129分で、女子の平均が146分である。テレビの視聴時間が最も長いのは2年男子(162分)で、最も短いのは1年女子(107分)である。テレビは、女子の方が長く見ている傾向がある。

1日平均のゲームをする時間は、男子の平均が45分で、女子の平均が24分である。ゲームをする時間が最も長いのは2年男子(46分)で、最も短いのは2年女子(17分)である。ゲームは男子の方が長時間行っている傾向が見られる。

1日平均の家庭学習の時間は、男子の平均が45分で、女子の平均が56分である。家庭学習の時間が最も長いのは1年女子(61分)で、最も短いのは2年男子(27分)である。男女とも、2年生の家庭学習の時間が最も短くなっている。

Table 5 テレビ・ゲーム・勉強従事時間(分)

学年	テレビ	ゲーム	勉強
1年男子	107	38	46
1年女子	152	22	61
2年男子	162	46	27
2年女子	138	17	52
3年男子	129	31	60
3年女子	149	32	56
男子平均	129	45	45
女子平均	146	24	56
全体平均	137	35	50

## 研究2

### 方法

#### 1. 調査参加者

調査参加者は、A公立中学校の全校生徒計201名(男子96名、女子105名)である。その内訳は、1年生84名(男子42名、女子42名)、2年生72名(男子34名、女子38名)、3年生45名(男子20名、女子25名)である。調査は、担任の指示のもとに一斉に実施し、担任が回収した。

#### 2. 調査時期

調査期間は2005年12月である。

#### 3. 調査内容

##### (1) 学校ストレスサー尺度

嶋田(1998)の学校ストレスサー尺度24項目に部活動の仲間関係1項目を追加した計25項目を用いた。その内訳は、①友人関係7項目、②学業6項目、③教師との関係6項目、④部活動6項目である。得点は、「経験頻度(どれくらい経験しているか)×嫌悪性(どれくらい嫌か)」を算出し、平均値を求めた。得点範囲は0~9点である。

##### (2) ストレス反応尺度

嶋田(1998)のストレス反応尺度24項目に睡眠に関する1項目を追加した計25項目を用いた。その内訳は、①不機嫌・怒り(6項目)、②抑うつ・不安感情6項目、③身体的反応7項目、④無気力6

項目である。得点は、各カテゴリー得点の平均値を算出した。得点範囲は0～3点である。

### (3) ソーシャルサポート尺度

嶋田（1998）のソーシャルサポート尺度25項目を用いた。その内訳は、①父親5項目、②母親5項目、③きょうだい5項目、④先生5項目、⑤友人5項目である。得点は、カテゴリーの平均値を算出した。得点範囲は0～3点である。

### (4) コーピング尺度

筆者と担当教員とで作成した18項目を用いた。その内訳は、①気晴らし型5項目、②ソーシャルサポート型3項目、③攻撃（八つ当たり）型3項目、④問題解決型3項目、⑤回避型1項目、⑥消極的対処型3項目である。得点は、各カテゴリー得点の平均値を算出した。得点範囲は0～4点である。

### (5) いじめに対する考え方

いじめに対する考え方を自由記述方式で記述してもらった。

## 結果

### 1. いじめに対する考え方の分類

いじめについての考え方の自由記述をKJ法によって分類した結果、「無記入群」（36名、17.9%）、「いじめ否定群」（127名、63.2%）、「いじめられる者問題群」（12名、6%）、「第三者・傍観者群」（26名、12.9%）に分類された。

「無記入群」は、「無記入」「別に」「書くことはない」などの回答者である。「いじめの否定群」は、「いじめは良くない」「やめて欲しい」「いじめは一番つらいこと。もう経験したくない。誰も信じられなくなる」などの回答者である。この中には、いじめの被害者も含まれている。「いじめられる者問題群」は、「いじめられる側にも問題がある」「いじめる方も悪いが、いじめられる側にも悪いところがある」「いじめられている人にも必ず理由があると思うから、まず自分の性格を変えるべき」「いじめられる方も考えるべき」などの回答者である。「第三者・傍観者群」は、12.9%：「いじめる側は心の狭い小さい人間のこと。いじめられる側は心の弱い気の小さい人間のこと」「人間として恥ずべき行為だが、人間が生きていく上で仕方ないことだとも思う。努力しても報われないこ

と」などの回答者である。この中には、いじめの放任やいじめの肯定といった考え方や態度も含まれている。

## 2. いじめに対する考え方とストレスの関係

### (1) ストレッサーとの関係

いじめに対する考え方の分類に基づく5つの群（「無記入群」「いじめ否定群」「いじめられる者問題群」「第三者・傍観者群」）のストレッサー（「友人との関係」「学業」「教師との関係」「部活動」）の平均点の比較をTable 6に示した。一元配置分散分析の結果、どのストレッサーにおいても群間に有意差はなかった。ただし、「学業」については、どの群の生徒もかなりのストレスを感じていることが示された。また、「第三者・傍観者群」は、「教師との関係」について、他の群よりもストレスを感じていることが示唆された。

### (2) いじめに対する考え方とストレス反応の関係

ストレス反応（「不機嫌・怒り」「抑うつ・不安」「身体的反応」「無気力」）の平均点についても、Table 7に示すように、群間に有意差は見られなかった。また、ストレス反応の強さは全体的にそれほど強くなく、なかでも「抑うつ・不安」と「身体的反応」の平均点は低く、「全く当てはまらない」から「少し当てはまる」程度であった。

### (3) いじめに対する考え方とサポートとの関係

いじめに対する考え方とサポート（「父親サポート」「母親サポート」「きょうだいサポート」「教師サポート」「友人サポート」）の平均点の比較をTable 8に示した。一元配置分散分析の結果、「教師サポート」と「友人サポート」の平均点において有意差が見られた。Bonferroniによる多重比較の結果、「教師サポート」においては、「いじめ否定群」と「第三者・傍観者群」との間に有意差が見られた。「友人サポート」においては、「いじめ否定群」と「第三者・傍観者群」との間、それに「いじめられる者問題群」と「第三者・傍観者群」の間に有意差が見られた。このことは、「第三者・傍観者群」は、教師や友人からのサポートが乏しい状況にあることを意味している。そして、「第三者・傍観者群」は、いじめには直接関与しなくても、第三者的な態度や傍観者的な態度をとるこ

Table 6 いじめに対する考え方とストレスとの関係

	無記入群 (A)	いじめ否定群 (B)	いじめられる者問題群	第三者・傍観者群 (D)	F値	有意確率	多重比較
友人との関係	1.186 (1.64)	1.172 (1.25)	1.150 (1.16)	1.320 (1.68)	0.09	ns	
学 業	2.588 (2.40)	3.087 (2.29)	3.027 (2.72)	3.070 (2.48)	0.431	ns	
教師との関係	2.050 (2.72)	2.095 (2.459)	2.861 (2.71)	3.301 (2.986)	1.847	ns	
部活動	1.949 (2.60)	1.618 (2.09)	1.138 (1.58)	1.730 (2.13)	0.468	ns	

( ) はSD df=3,197

Table 7 いじめに対する考え方とストレスの関係

	無記入群 (A)	いじめ否定群 (B)	いじめられる者問題群	第三者・傍観者群 (D)	F値	有意確率	多重比較
不機嫌・怒り	1.009 (.97)	.830 (.95)	.847 (1.16)	1.060 (1.028)	0.582	ns	
抑うつ・不安	.847 (.847)	.697 (.78)	.680 (.88)	.847 (1.16)	0.519	ns	
身体的反応	.898 (.77)	.768 (.74)	.571 (.71)	.840 (1.04)	0.589	ns	
無気力	1.263 (.83)	1.115 (.80)	.902 (.94)	1.160 (.96)	0.617	ns	

( ) はSD df=3,197

Table 8 いじめに対する考え方とサポートの関係

	無記入群 (A)	いじめ否定群 (B)	いじめられる者問題群	第三者・傍観者群 (D)	F値	有意確率	多重比較
父親のサポート	1.088 (1.05)	1.400 (1.02)	1.400 (1.07)	1.223 (1.08)	0.937	ns	
母親のサポート	1.588 (1.05)	1.845 (.99)	1.868 (1.03)	1.246 (1.23)	2.000	ns	
きょうだいのサポート	.833 (.94)	1.114 (1.00)	1.083 (1.13)	1.216 (1.06)	0.917	ns	
教師のサポート	.978 (.92)	1.233 (.86)	1.316 (.87)	.753 (.99)	2.267	p<.05	B>D
友人のサポート	1.711 (.85)	2.080 (.85)	2.133 (.66)	1.384 (1.38)	5.551	p<.001	B>D, C>D

( ) はSD df=3,197

Table 9 いじめに対する考え方とコーピング方略の関係

	無記入群 (A)	いじめ否定群 (B)	いじめられる者問題群	第三者・傍観者群 (D)	F値	有意確率	多重比較
気晴らし型	1.744 (1.09)	1.888 (.92)	1.783 (1.29)	1.276 (.99)	2.775	p<.05	B>D
サポート希求型	1.213 (1.15)	1.558 (.99)	1.222 (1.03)	1.035 (1.07)	1.426	ns	
攻撃（八つ当たり）型	1.666 (1.13)	1.136 (1.02)	.972 (.98)	1.064 (1.07)	2.857	p<.05	A>B
消極的対処型	1.675 (1.09)	1.640 (1.02)	1.583 (.69)	1.461 (.87)	0.275	ns	
問題解決型	1.444 (1.20)	1.580 (1.09)	1.833 (1.10)	1.115 (1.03)	1.651	ns	
回避型	.555 (1.18)	.315 (.80)	.333 (.77)	.461 (.98)	0.751	ns	

( ) はSD df=3,197

とによって、間接的にいじめの悪化に関与していることが示唆される。

#### (4) いじめに対する考え方とコーピング方略との関係

いじめに対する考え方とコーピング方略（「気晴らし型」「サポート希求型」「攻撃（八つ当たり）型」「問題解決型」「回避型」）の平均点の比較はTable 9に示すように、一元配置分散分析の結果、「気晴らし型」と「攻撃（八つ当たり）型」において有意差が見られた。Bonferroniによる多重比較の結果、「気晴らし型」については、「いじめ否定群」と「第三者・傍観者群」との間に有意差が見られた。このことは、「第三者・傍観者群」は、気晴らしによるストレスの軽減がうまくないことを示唆している。「攻撃（八つ当たり）型」については、「無記入群」と「いじめ否定群」の間に有意差が見られた。このことから、「無記入群」は、他者への攻撃や八つ当たりによってストレスを発散する傾向が強いことを示している。いじめについて何らの言及もしなかったことは、「無記入群」の中には実際にいじめに関係している生徒が含まれている可能性を示唆している。

また、有意差はないが、「無記入群」は「教師サポート」と「友人サポート」の平均点が低く、「第三者・傍観者群」に次いで低い値を示した。このことから、「第三者・傍観者群」と「無記入群」

はサポート知覚が乏しく、ストレスを上手に発散させることに困難を感じていることが示唆される。

## 研究3

B公立中学校に入学した中学1年生を対象に、より早い段階で不適応のリスクを発見するためにスクリーニングテストを実施した。いじめを受けた経験やストレス反応、親からのサポートの有無に関する質問紙テスト（「心のアンケート」）を行い、①いじめを受けた経験のある者、②ストレス反応項目に複数の「はい」がある者、③特に、「眠れない」「死にたいと思ったことがある」と答えた者、④教員から面接の依頼があった者を中心にスクールカウンセラー（第一著者）が面接を行った。面接は個別に当該校の相談室で行われた。

### 方法

#### 1. 調査対象

B公立中学校の1年生89名に質問紙調査を行った。調査は、担任の指示のもとに一斉に実施し、担任が回収した。質問紙調査の結果から、27名（男子13名、女子14名）について面接調査を行った。



## 2. 調査時期

調査期間は2009年4月である。

## 3. 質問紙調査

以下の尺度について、「はい」「いいえ」の2件法で、「現在」（中学1年）と「1年前」（小学6年）の時点について質問した。

### (1) ストレッサー尺度

学校ストレッサー尺度（島田，1998）より、「友人関係」6項目、「学業」2項目、「教師との関係」1項目、それに独自に作成した3項目を加えた計12項目を用いた。

#### ①「友人関係」

- ・クラスの友だちから仲間はずれにされた。
- ・誰かにいじめられた。
- ・顔やスタイルのことで、友だちにからかわれたり、ばかにされたりした。
- ・自分の性格のことや自分のしたことについて、友だちから悪口を言われた。
- ・勉強のことで友だちにからかわれたり、ばかにされたりした。
- ・クラスの異性から嫌われた。

#### ②「学業」

- ・試験や通知表の成績が悪かった。
- ・人には簡単に見える問題でも、自分にはできなかった。

#### ③「教師との関係」

- ・先生が自分を理解してくれなかった。

#### ④独自に作成した項目

- ・先生の指示が理解できなかった。
- ・クラスには友だちは一人もいない。
- ・自分の気持ちを何でも話せる人はいない。

### (2) ストレス反応尺度

嶋田（1998）のストレス反応尺度より、「不機嫌・怒り感情」3項目、「抑うつ・不安感情」2項目、「身体反応」2項目、「無気力」2項目、それに独自に作成した1項目の計10項目を用いた。

#### ①「不機嫌・怒り反応」

- ・気持ちがむしゃくしゃしている。
- ・だれかに、いかりをぶつきたい。
- ・いらいらする。

#### ②「抑うつ・不安感情」

- ・不安を感じる。
- ・心が暗い。

#### ③「身体反応」

- ・体がだるい。
- ・夜、眠れない。

#### ④「無気力」

- ・何事にも自信がない。
- ・勉強が手につかない。

#### ⑤独自に作成した項目

- ・死にたいと思うことがある。

### (3) ソーシャルサポート尺度

嶋田（1998）のソーシャルサポート尺度より、家族の「励まし」「傾聴」「理解」について各1項目を用いた。

#### ①「励まし」

- ・あなたに元気がないと、すぐに気づいてくれる。

#### ②「傾聴」

- ・あなたが悩みや不安を言っても、いやな顔をしないで聞いてくれる。

#### ③「理解」

- ・あなたの気持ちをよく分かってくれる。

## 4. 面接調査

質問紙調査からスクリーニングされた生徒（その中には、特に担任教師から面接依頼のあった生徒も含まれた）について、面接調査を行った。原則として一人約20分の面接時間であるが、50分程度を必要とした生徒も数名いた。面接は、質問紙調査についてより詳しく自由に話してもらう半構造的面接である。面接調査は27名に行われたが、その中でいじめについて言及した生徒16名（男子9名、女子7名）についてまとめた。面接を行ったその他の9名は、家族関係などの問題について話しており、いじめについては言及していないため、今回の報告からは除外した。

## 結果

### 1. ストレスに関する全体の傾向

いじめに関しては、Fig. 1に示すように、小学校のときのいじめ経験の内訳は、自分の性格のことや自分のしたことについて悪口を言われた（「悪

口) が23.8%、だれかにいじめられた(「いじめ」)が22.6%、顔やスタイルのことで友だちからかわれたりばかにされたりした(「容姿のからかい」)が20.2%であった。以下、クラスの友だちから仲間はずれにされた(「仲間はずれ」)9.5%、勉強のことでからかわれたりばかにされたりした(「勉強からかい」)8.3%、クラスの異性から嫌われた(「異性からの嫌われ」)3.6%であった。中学生になってからのいじめの経験はどの内容についても少ないが、これは入学当初のためクラスの人間関係がまだ浅く、いじめのような関係が生じにくい状況にあることを反映していると思われる。

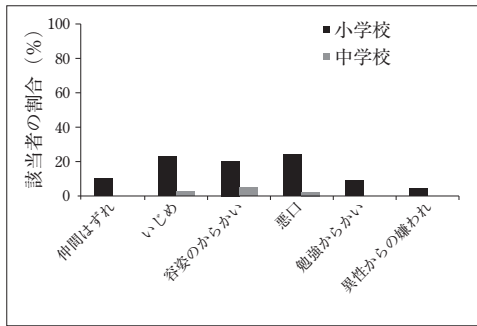


Figure 1 「いじめ」の出現頻度

授業の理解に関しては、Figure 2に示すように、小学校のときに、試験や通知票の成績が悪かった(「成績悪い」)は28.9%、人には簡単にはできる問題でも自分にはできなかった(「勉強できない」)は20.2%、先生の指示が理解できなかった(「先生の指示分らない」)は16.7%であった。ここでも中学生になった時点での勉強の理解の困難を訴えた生徒は小学校の時点よりも少なかった。

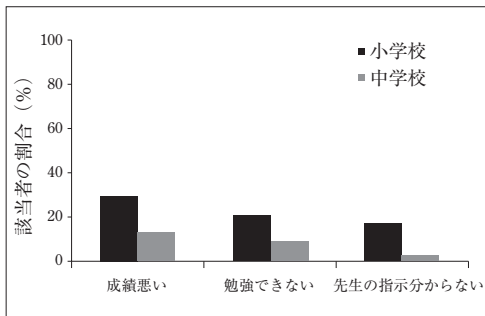


Figure 2 「授業の理解」の出現頻度

他者のサポートに関しては、Figure 3に示すように、小学校のときに、先生が自分を理解してくれなかった(「先生の理解がない」)は24%、自分の気持ちを何でも話せる人がいない(「話せる友だちがいない」)は8.3%であり、クラスの中に友だちが一人もいない(「友だちがいない」)は0%であった。一方、中学生になった時点では、「友だちがいない」は6%であるが、「先生の理解がない」と「話せる友だちがいない」は、それぞれ0%であった。

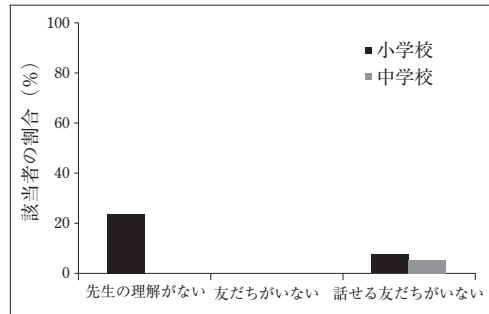


Figure 3 「他者のサポート」の出現頻度

不安や抑うつに関しては、Figure 4に示すように、小学校のときには「不安を感じる」と「いらいらする」がともに20.2%と高く、次に「体がだるい」(19%)、「自信がない」(17.9%)、「勉強が手につかない」(14.3%)、「夜、眠れない」(14.3%)、「怒りをぶつけたい」(13.1%)、「死にたいと思う」(11.9%)、「心が暗い」(7.9%)の順になっている。このことは、面接をした生徒の約2割が小学校のときに不安や抑うつ傾向に陥っていたことを示している。これに対して、中学校入

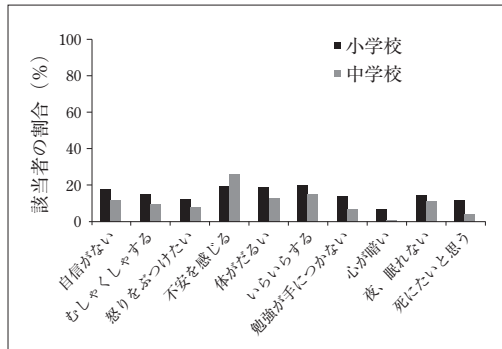


Figure 4 「抑うつ・不安」の出現頻度

学当初は、「不安を感じる」が26.2%と最も高く、これは小学校の時よりも高いことが特徴的である。しかし、それ以外の項目については、小学校の時の値よりも低くなっている。

家族のサポートに関しては、Figure 5に示すように、小学校の時と中学校入学当初の値はほぼ同じであった。家族は、あなたに元気がないとすぐに気づいてくれる（「気づいてくれる」）は、ともに85.7%である。家族はあなたが悩みや不満を言っても、いやな顔をしないで聞いてくれる（「聞いてくれる」）はそれぞれ95.2%と94%、家族はあなたの気持ちをよく分かってきている（「分かってくれる」）はそれぞれ86.9%と88.1%であった。

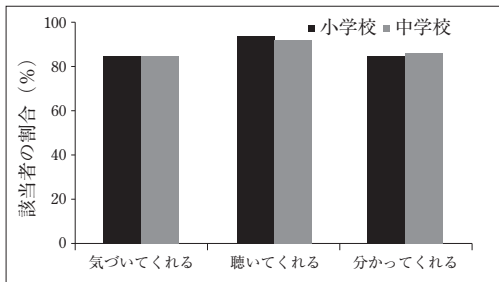


Figure 5 「家族のサポート」の出現頻度

## 2. 面接調査の結果

いじめについて言及した16名について、「家族のサポートがある群」6名（男子3名、女子3名）(Table 10)、「家族のサポートが不足群」6名（男子2名、女子4名）(Table 11)、「家族のサポートがやや不足群」4名（男子）(Table 12)の3群に分けて整理した。「家族のサポートがある群」とは、〈家族は、あなたに元気がないとすぐに気づいてくれる〉〈家族はあなたが悩みや不満を言っても、いやな顔をしないで聞いてくれる〉〈家族はあなたの気持ちをよく分かってきている〉という家族のサポートに関する3つの質問項目に全て「はい」と答え、かつ面接の中でも家族のサポートについて言及しているグループである。「家族のサポートが不足群」とは、家族のサポートに関する3つの質問項目のいずれかに「いいえ」と答え、かつ面接の中でも家族のサポートの不足が語られたグ

ープである。「家族のサポートがやや不足群」とは、家族のサポートに関する3つの質問項目のほとんどに「はい」と答えてはいるが、父親か母親が不在であったり、病気であったりして十分な家族のサポートが受けられていないグループである。

(1) 家族のサポートがある群 6名（男子3名、女子3名）

現在のストレス反応は、「不安を感じる」が3名、「夜、眠れない」「いらいらする」「自信がない」が各1名である。不安を感じることは、「クラスがこれからどうなるか」「友人とのけんか」「自分が何もできないのではないか」ということである。

小学校時代のストレス反応は、「自信がない」「怒りをぶつけたい」「いらいらする」が各3名、「不安を感じる」が2名、「むしゃくしゃしている」「勉強が手につかない」「心が暗い」「夜、眠れない」「死にたいと思うことがある」が各1名である。

いじめられた経験は、ほとんどが小学校時代である。いじめの種類は、物を隠す、悪口、からかい、殴る、蹴るなどである。現在もからかいや悪口、蹴る、笑うなどのいじめを受けている者は4名である。この群の特徴は、死にたいほど悲しかったり辛かったりした時でも、父親や母親または友人が励ましてくれることである。小学校時代に多くのストレス反応を感じていたが、現在は特に感じていない者が3名いる。一方で、小学校時代はストレス反応を感じていなかったが、現在は不安や不眠、自信がないなどのストレス反応を感じている者が2名いる。また、小学校時代から現在まで不安やいらいらなどのストレス反応を感じている者が1名いる。不安の主な内容は、辛かったことが再現されるのではないかとというような、小学校時代のいじめられた経験に起因するものである。

(2) 家族のサポートがない群 6名（男子2名、女子4名）

現在のストレス反応は、「怒りをぶつけたい」が3名、「むしゃくしゃしている」「いらいらする」「勉強が手につかない」「死にたいと思うことがある」が各2名、「体がだるい」「夜、眠れない」が

Table 10 家族のサポートがある群

No	性	面接記録	ストレス反応		家族のサポート
			現在	小学校時代	
1	男子	小5の時、上履きを隠された。仲間外れもたまにあった。今も友達からからかわれることがある。「○○」と呼ばれるのが嫌。すごく悪口を言われた時に死にたくなったことが1回ある。母に話したら、「死ぬことではないでしょう」と言われ、「そうだな」と思った。		自信がない 怒りをぶつけたい いらいらする	元気がないと気付く 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれる
2	男子	小3から小5の頃までいじめられた。上履き、靴を隠されたり、殴られたりした。いじめた子の母親から電話で謝罪があった。6年になって取まったが、当時はかなりきつかった。困ったときは父親が相談にのってくれる。		自信がない むしゃくしゃしている 怒りをぶつけたい 不安を感じる いらいらする 勉強が手につかない 心が暗い 夜、眠れない	元気がないと気付く 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれる
3	女子	小3の時にいじめられた。今はできるだけその人とは付き合わないようにしている。その人は、反抗的で自分の言ったことは必ず通そうとする。他に、人のことを笑う人もいる。クラスがこれからどうなるか不安だ。	不安を感じる 夜、眠れない		元気がないと気付く 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれる
4	女子	小3の時が一番辛かった。悪口（デブ・肉団子など）やいじめがあった。また、父親からは「勉強を頑張れ」と期待をかけられ辛かった。友人に「死にたい」と言ったら、「これ乗り越えれば大丈夫」と励ましてくれた。今でも、悪口・蹴る・消しゴムを投げてくる男子がいる。また、「太ってるよね」とか「嫌だよ」とかコソコソ言っている女子もいる。父が怒るとリビングには行きたくない。母は優しい。		自信がない 怒りをぶつけたい 死にたいと思うことがある	元気がないと気付く 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれる
5	男子	あだ名で呼ばれたり、からかわれたりする。嫌だが本気で言っているのではないことは分かる。ただ、しつこくてむかつくこともある。うっかり足でも踏むと、反撃が重い。メンバーと喧嘩した時「言わなければよかった」と不安になる。時間が解決してくれると自分に言い聞かせる。	不安を感じる いらいらする	不安を感じる いらいらする	元気がないと気付く 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれる
6	女子	小5の移動教室の時、女子からひどい意地悪をされた。小学校時代は男子とばかり遊んだ。女子は複雑。メールや手紙を使うから厄介。小6の2学期も不安だった。何もできないんじゃないかという不安。また中学生になって同じ不安を感じる。友人関係で、いきなり嫌な顔されると「やっぱりなー」と思う。皆、小学校時代の仲間意識が強い。	自信がない 不安を感じる		元気がないと気付く 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれる

各1名である。

小学校時代のストレス反応は、「死にたいと思うことがある」が4名、「怒りをぶつけたい」「いらいらする」が各3名、「むしゃくしゃしている」「不安を感じる」「勉強が手につかない」が各2名、「自信がない」「体がだるい」「夜、眠れない」が各1名である。

いじめられた経験は5名が小学校時代であり、1名（No12）はいじめの加害経験者である。いじめの種類は、「バカ」「死ね」などの暴言や容姿についての悪口、蹴る、無視、からかい、持ち物を捨てる・隠す、石を投げるなどである。現在は、女子の陰口がひどいと話す者が1名いる（No9）。この群には、いじめた側の者（No12）も1名含まれている。また、「空気の重みで（悪口を）言っていないと、自分がいじめられる」と加害経験を話す者（No9、女子）もいる。

この群の特徴は、孤立感が顕著なことと、「家族のサポートがある群」に比べ、現在も小学校時代もストレス反応が多彩であるという点である。小学校時代に「死にたいと思ったことがある」と回答した者が4名おり、その半数の2名が現在もそう思うことがあると回答している。また、現在と小学校時代の両方に「怒りをぶつけたい」と回答した者が3名いる。「死にたいと思ったことがある」と回答している者についてみると、「（死にたくなかった時には）部屋にこもって机の下でボーとする」（No7）、「家族が気持ちを分かってくれない」（No8）、「深夜まで両親は仕事をしており不安で眠れない時には携帯でゲームをしている」（No10）、「母親から放っておかれる気がする」（No11）と話しており、親からの十分なサポートが受けられていないことが特徴的である。

また、「怒りをぶつけたい」と回答した者と、「死にたいと思ったことがある」と回答した者は2名が重なっている（No8、No10）。この2名は、「むしゃくしゃしている」「いらいらしている」とも回答しており、小学校時代から現在までを通して最もストレス反応が多い2名であり、ストレス軽減への支援が必要である。もう1名の「怒りをぶつけたい」と回答した者は、いじめ加害経験のある者（No12）である。この生徒に関しては、面

接を受けた他の生徒から「石を投げられた」「悪口を言われた」「蹴られた」などのいじめられ経験で名前が挙がっていた。この生徒は、他の生徒に石を投げたりするのは、「うざく感じた時」「直感的」「自分がいらいらしている時」と話している。いらいらの原因は、家で「勉強しろ」と言われることだという。また、困ったことは誰にも相談しないし、困っていないとも話している。家族のサポートに関する3つの質問項目全てに「いいえ」を選んでおり、彼自身は家族からサポートされていると思っていない。

(3) 家族のサポートがやや不足群 4名（男子）

現在のストレス反応は、「体がだるい」が3名、「勉強が手につかない」「不安を感じる」が各2名、「むしゃくしゃしている」「いらいらする」「怒りをぶつけたい」「夜、眠れない」「自信がない」「心が暗い」が各1名である。

小学校時代のストレス反応は、「体がだるい」が3名、「勉強が手につかない」「いらいらする」が各2名、「死にたいと思うことがある」「怒りをぶつけたい」「不安を感じる」「夜、眠れない」「自信がない」「心が暗い」が各1名である。

いじめられた経験は全員が小学校時代である。いじめの種類は、悪口、ばかにされる、からかい、嫌がらせ、階段から突き落とされるなど。現在もからかいや「軽いいじめ」はあると答えた者が2名いるが、本人自身はあまり重く受け止めてはいない。ストレス反応の最も多い者（No14）は、いじめによるストレスというよりも、習い事などで睡眠時間が短くなっていることが最も大きな原因と考えられる。

この群の特徴は、家族についてはあまり語らない点であり、両親のどちらかが不在であったり、病気があったりする者もいる。「家族のサポートが不足群」ほどではないが、「家族のサポートがある群」ほどのサポートがあるともいえない、いわば中間群である。もう一つの特徴は、現在も小学校時代も「体がだるい」という身体反応を訴える者が多い点である。いじめに関しては認知しているが、「悪意は感じない」（No13）、「全く気にならない」（No14）、「気にしてない」（No15）、「自分が気にしなくなったらやられなくなった」

Table11 家族のサポートが不足群

No	性	面接記録	ストレス反応		家族のサポート
			現在	小学校時代	
7	女子	小3の時学校が荒れていた。クラスの多くがいじめ合っていた。「バカ」「死ぬ」とか、蹴ったりとか、女子がひどかった。小4になってから収まる。友達とけんかすると死にたくなる。そういうときには、部屋にこもって机の下でボーっとする。		死にたいと思うことがある	元気がなくても気づかない 悩みや不安をきいてくれない 気持ちを理解してくれない
8	女子	仲良し同士でからかっていたのがエスカレートしてしまうことがあった。からかってくる人には近付かないようにしている。小6の時、家族が気持ちをわかってくれないことや、友人関係、委員会活動の忙しさが重なり、死にたくなった。母が気づいてくれた。	自信がない むしゃくしゃしている 怒りをぶつけた いらいらする	自信がない むしゃくしゃしている 怒りをぶつけた いらいらする 死にたいと思うことがある	元気がないと気付く 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれない
9	女子	小5、小6の頃、集団でひそひそ話し、ささいなことで一人だけほたらかし、無視、からかい、持ち物をゴミ箱に捨てるなどがあった。男子にメガネ・筆箱などを隠された。「声が高くてうざい」「～菌」などと言われる。解決しないまま中学生になった。女子は陰口がひどい。空気の重みで言っていないと、自分がいじめられる。悩みは母に相談する。	不安を感じる 体がだるい 勉強が手につかない	不安を感じる 勉強が手につかない	元気がないと気付く 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれない
10	男子	勉強が苦手。「バカ」「アホ」と悪口を言われた。何回やってもできない時にいらいらしやすい。スポーツをすると楽になる。自分だけ勉強についていけない不安がある。夜、眠れない。眠るのは午前1時、2時頃になる。その頃母親が仕事から帰ってくる。眠れない時には、携帯でゲームをしている。	むしゃくしゃしている 怒りをぶつけた 不安を感じる いらいらする 勉強が手につかない 夜、眠れない 死にたいと思うことがある	むしゃくしゃしている 怒りをぶつけた 体がだるい いらいらする 勉強が手につかない 夜、眠れない 死にたいと思うことがある	元気がなくても気づかない 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれない
11	女子	小5の頃、「顔がでかい」「太ってる」など身体的なことについて悪口を言われた。小5の終り頃、学校に行きたくないと思った。母親から放っておかれる気がしている。気持ちの問題として、見ていてくれていない。父親は気持ちを分かってくれていたのに、最近はいらいらしている。	死にたいと思うことがある	不安を感じる いらいらする 死にたいと思うことがある	元気がなくても気づかない 悩みや不安をきいてくれない 気持ちを理解してくれない
12	男子	他の生徒に石を投げたりするのは、「うざく感じた」時、直感的、自分がいらいらしている時。いらいらの原因は、家で「勉強しろ」と言われること。困ったときは、誰にも相談しないし、困っていない。一番楽しい時間はゲームをしている時。小学校時代は、勉強を15分するとゲームが30分でできる約束だった。	怒りをぶつけた い	怒りをぶつけた い	元気がなくても気づかない 悩みや不安をきいてくれない 気持ちを理解してくれない

Table12 家族のサポートがやや不足群

No	性	面接記録	ストレス反応		家族のサポート
			現在	小学校時代	
13	男子	小6の頃から悪口「○○○」と言われる。友人から今も言われる。やめてほしいが悪意は感じない。「学校から出ていけ」と言われているとは感じない。以前、母にひどく叱られた時に死にたくなかった。	体がだるい 勉強が手につかない	体がだるい 勉強が手につかない 死にたいと思うことがある	元気がないと気付く 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれる
14	男子	小学校時代、ばかにされたことはあったが、全く気にならなかった。楽しかったし、仲の良い友人もいた。勉強の方が気になる。習い事のために毎日寝るのが夜12時過ぎになってしまう。困ったことは、母に相談する。父には相談しない。	むしゃくしゃしている 怒りをぶつけた 不安を感じる 体がだるい いらいらする 勉強が手につかない 夜、眠れない	むしゃくしゃしている 怒りをぶつけた 不安を感じる 体がだるい いらいらする 勉強が手につかない 夜、眠れない	元気がないと気付く 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれる
15	男子	小学校時代小さいいじめがあったが、気にしていない。困ったり、悩んだりした時、放っておくとそのうち忘れる。クラスは、皆に全て「お任せ」。嫌なものは却下。いじめは巻き込まれたくないから放っておく。現在、クラスには「軽いいじめ」しかない。	自信がない 体がだるい 心が暗い	自信がない 体がだるい いらいらする 心が暗い	元気がないと気付く 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれる
16	男子	小4、小5の頃、からかい、嫌がらせがあり、集団で話し合い、解決した。意地悪で嘘つきな女子に階段から突き落とされた。小5の間にいじめはなくなった。自分が気にしなくなったら、やられなくなった。	不安を感じる		元気がなくても気づかない 悩みや不安をきいてくれる 気持ちを理解してくれる

(No16) と述べている。いじめを解決させるために周囲に援助を求めるよりも、「気にしない」ことにしてやり過ごすという方略をとっている。No15のように、「困ったり、悩んだりした時、放っておくとそのうち忘れる」として未解決のままなかったことにしてしまっている。そして「クラスは、皆に全てお任せ」にして、「いじめは巻き込まれたくないから放っておく」かたちで自分と周囲との間に距離を置いている。しかし、本人は意識の上では「気にしない」ことでやり過ごしてきたが、身体的にはストレスを感じている点に注意をする必要がある。

## 考 察

### 1. 中学生におけるストレスの特徴について

研究1では、中学生のストレスについて、ストレスレッサー、ストレス反応、ソーシャルサポート、ストレスコーピングを中心に調査した。その結果、学校ストレスラーに関しては、「学業」が一貫して最も大きなストレスラーとなっていることが明らかになった。また、女子にとっては「部活」もストレスラーになっている。2年女子の「学業」(3.6)、「教師との関係」(3.5)、「部活」(3.1)の得点が目立って高くなっている。これは、過去5年間にわたって行ったストレス調査(吉川, 2009)においても見られる共通した傾向である。

2年生は学校にも慣れて活動的になる時期だと思われるが、それとともにストレスを多く感じるようになる時期だともいえる。このように、学業や教師関係、部活動が他のストレスよりも高い値を示しているものの、全体的な傾向としてはそれほど強いストレスではなかった。また、ストレス反応についても、学校全体で見ると特に大きな値は見られなかった。

ストレス反応については3年生において特に強くなっている。男子では「身体反応」と「無気力」が強く、女子ではこれに「抑うつ・不安」が加わっている。3年生の場合は受験勉強や進路問題と関連してストレス反応が顕在化してくるものと考えられる。

ソーシャルサポートについては、2年の女子が、「父親」「母親」「きょうだい」「友人」をサポート源ととらえていた。2年生の女子は、他の学年や男子生徒よりもストレスを強く感じてはいても、ソーシャルサポートを知覚していることによって、直接ストレス反応に結びつかないものと考えられる。また、女子には全学年に共通して、「友人」がサポート源となっている。これは、少人数の仲間でつながっていたいといったこの年代の女子に特有の現象を反映しているものと考えられる。コーピングについては、全体的な傾向として「気晴らし」の得点が高い。このことは、ゲームをしている時間の多さとも関連している。

## 2. いじめとストレスの関係について

研究2では、いじめに対する考え方とストレスとの関係について検討した。いじめとストレスとの関係を検討した研究の多くは、ストレス発散の手段としていじめが生じることを示唆している。例えば、教師との関係や友人との関係のストレスを受けた経験の多い子どもは、不機嫌・怒り反応を示す傾向が高いこと（嶋田・岡安ら、1992；岡安・嶋田ら、1992）や、もともと敵意性の傾向が高い子どもほど、そのようなストレスに直面した場合に、他者への攻撃行動が出やすいこと（神村・嶋田、1998）などが報告されている。谷・尾崎（2007）は、いじめ被害経験者といじめ加害経験者との間でストレス反応にどのよ

うな違いがあるかを検討し、いじめ加害者は被害経験者よりもストレス反応が高いことを示唆している。また、Estévez, Murugui., & Musitu（2009）は、校内暴力の加害者群と被害者群、それに両方の該当者群の学校適応性について検討し、加害者は他の2群と同様にストレスを感じており、生活満足度が低いことを指摘している。

このように、いじめ被害者もいじめ加害者も学校ストレスを抱えていることが多くの研究によって指摘されているが、いじめに対する考え方とストレスとの関係についての研究は少ない。例えば、ストレスを感じていたとしても、そのことが直接いじめに関係するわけではない。強いストレスを抱えていたとしても、それを適切なコーピングの方法を工夫したり、他者にサポートを求めたりすることによって処理しようとする生徒もいる。また、いじめは良くないと考えることによって、いじめによるストレス発散を抑制している生徒もいると思われる。そこで、研究2では、いじめに対する考え方とストレスの関係について検討することによって、いじめとストレスとの関係を明らかにしようとした。いじめに対する考え方についての自由記述の内容に基づいて、調査参加者を「無記入群」「いじめ否定群」「いじめられる者問題群」「第三者・傍観者群」に分けて、これらの群間で、ストレス、ストレス反応、サポート関係、コーピング方略の比較を行った。その結果、「いじめ否定群」の生徒は、ストレスを感じた時は、スポーツをしたり、友人に助けを求めたりするといった方法でストレスを発散することが分かった。また、いじめられる側にも問題があると述べた「いじめられる者問題群」には、ストレス、ストレス反応、サポート関係、それにコーピング方略に関して特に顕著な特徴は見られず、どちらかといえば「いじめ否定群」と類似した特徴が見られた。

これに対して、「無記入群」と「第三者・傍観者群」には以下のような特徴が見られた。ストレスに関しては、「学業」は全ての群にほぼ共通して高い値が見られた。統計的な有意差はないものの、「第三者・傍観者群」は「教師との関係」においても高い値を示した。また、「無記入群」



は「部活動」に高い値を示した。ストレス反応に関しても有意差はないが、「無記入群」と「第三者・傍観者群」が「不機嫌・怒り」に高い値を示した。また、「無気力」の値も高かった。このことから、「無記入群」と「第三者・傍観者群」は、「教師との関係」や「部活動」にストレスを感じ、そのことによって「不機嫌・怒り」や「無気力」といったストレス反応が生じやすいことを示唆している。

サポート関係については、「無記入群」と「第三者・傍観者群」では、「教師のサポート」と「友人のサポート」が低い値を示した。コーピング方略に関しては、「第三者・傍観者群」は「気晴らし型」の得点が有意に低かった。また、有意差はないものの「サポート希求型」や「問題解決型」の得点も低かった。「無記入群」においては、「攻撃（八つ当たり型）」の得点が有意に高かった。このことから、「無記入群」はストレスの発散の手段として、他者を攻撃したり、八つ当たりをする可能性が高いことが示唆された。また、「第三者・傍観者群」は、ストレスを感じていることを教師や友人に相談して解消することが困難な状況にあると思われる。また、この群の生徒はいじめを肯定的にとらえていたり、いじめを根絶しがたい必要悪だととらえている傾向もある。そして、この群の生徒はいじめに対して第三者的・傍観者の態度をとることによって、いじめの悪化に間接的に加担している可能性がある。

「児童生徒の問題行動等に関する調査協力者会議」（1966）は、いじめ加害の原因となるストレスサーにおいて、直接的にも間接的にも最も影響力が大きいのは友人から学業・容姿・行動などを馬鹿にされる「友人ストレスサー」であると指摘している。神藤・斎藤（1998）は、いじめ容認態度、特にいじめを正当化するような態度には対教師関係のストレスサーが影響を与えていることを指摘している。そして、学校ストレスサーが八つ当たりの対処を助長し、そのことがさらに不機嫌・怒り感情を増大させ、いじめ行動を引き起こしていることを示唆している。本研究においても「無記入群」は、自分のいらいらを人の嫌がることを言ったり、人に攻撃を向けたり、物に当たるなどして

解消しようとする傾向があることから、いじめ加害者になる可能性があると考えられる。普段目立たない「普通の子」がいじめ加害者になることがしばしば報告されるが、「無記入群」の中にはこのような子どもが含まれている可能性がある。そして、「第三者・傍観者群」は、いじめに対して見て見ぬ振りをしたり、いじめを傍観したりすることによって、いじめに間接的に関与している可能性が考えられる。

### 3. いじめの後遺症について

いじめは、いじめの被害者に、抑うつや自尊心の低下、心身症、対人不安などの症状をもたらす（Hawker & Boulton, 2000；岡安・高山, 2000）。しかも、そうした状態はいじめ被害が終息した後まで引き続くことが多い。荒木（2005）は、いじめ被害体験者は青年後期において、特に対人的なストレスイベントを多く体験しているわけではないにもかかわらず、いじめ被害を体験していない者と比較して、適応状態が悪い傾向が見られたと報告している。また、坂西（1995）や香取（1999）、それにRoth et al（2002）は、大学生を対象とした回顧的調査を行った結果、いじめ被害体験者は当時の心理的苦痛が大きいほど、活動意欲の減退や抑うつ感を強く感じていることを見出している。

このように、いじめが原因で対人関係がうまく構築できなくなったり、心身に不調をきたすなど、卒業後いじめの後遺症に苦しむ生徒は多いとされる。いじめ被害の体験はその後の心理的な健康にマイナスの影響をもたらすと考えられ、長期的な心のケアの必要性が指摘されてきた。平成23年10月、文部科学省は、いじめによる不登校生徒はその後もいじめ後遺症に苦しみ、ひきこもりになるケースがあることから、平成18年度に中学を卒業した不登校の生徒4万人を対象に、現在の生活実態を追跡調査することにした。このように、今後実際にいじめ被害にあった生徒の実態を長期的に調査する必要がある。

研究3では、いじめ被害を経験した15名の生徒（男子8名、女子7名）といじめ加害経験のある男子生徒1名に面接調査を行った。その結果、小学

校の時にいじめ被害にあっていた生徒のほとんどが、「自信がない」「むしゃくしゃしている」「怒りをぶつけたい」「不安を感じる」「勉強が手につかない」などの困難を感じていることが明らかになった。その他、「死にたいと思うことがある」と回答した生徒が6名（40%）もいた。これらのいじめについて言及した16名について、「家族のサポートがある群」6名（男子3名、女子3名）、「家族のサポートが不足群」6名（男子2名、女子4名）、「家族のサポートがやや不足群」4名（男子）の3群に分けて整理した。

「家族のサポートがある群」の特徴は、辛い時や苦しい時には家族や友人が助けてくれたと感じている点と、現在のストレス反応は3群の中で、最も少ないことである（50%の生徒は、現在はストレス反応を感じていない）。現在の主なストレス反応は「不安を感じる」（50%）ことであり、この不安は辛かったことが再現されるのではないかというような、小学校時代のいじめられた経験に起因するものであると考えられる。

「家族のサポートが不足群」の特徴は、家族から十分にサポートされていると思っておらず孤立感が顕著なことと、「家族のサポートがある群」に比べ、現在も小学校時代もストレス反応が多彩である点である。小学校時代に「死にたいと思ったことがある」と回答した者が4名（66%）おり、そのうちの2名（33%）が現在もそう思うことがあると回答している。また、現在と小学校時代の両方に「怒りをぶつけたい」と回答した者が3名（50%）いる。その3名の中の1名がいじめ加害経験のある生徒である。それとは別に、「空気の重みで（悪口を）言っていないと、自分がいじめられる」と加害経験を話す者もいる。

「家族のサポートがやや不足群」の特徴は、家族についてはあまり語られない点であり、「家族のサポートがない群」と「家族のサポートがある群」との中間群である。もう一つの特徴は、現在も小学校時代も「体がだるい」という身体反応を訴える者が多い（75%）点である。いじめに関しては認知しているが、いじめを解決させるために周囲に援助を求めるよりも、「気にしない」ことにしてやり過ごすという方略をとっている。未解

決のままなかつたことにしてしまっている傾向があり、自分と周囲との間に距離を置いている。しかし、本人は意識の上では「気にしない」ことでやり過ごしてきたが、身体的にはストレスを感じている点が問題である。

以上のように、どの群も小学校時代にいじめられた経験は、中学生になっても様々なストレス反応として表面化している。最も多彩なストレス反応を示すのは、「家族のサポートがない群」であり、親が自分の気持ちを理解してくれないことや悩みや不安を聞いてくれないという、親からのサポートの欠如が認められた。「家族のサポートが不足群」は、「死にたいと思ったことがある」と回答した者が66%もおり、その半数は現在でもそう思っている。また、50%の者が「怒りをぶつけたい」と回答しており、その怒りが逆にいじめに転じる危険性もある。一方、中学校入学当初の時点でストレス反応を訴えていない「家族のサポートがある群」の生徒（3名）の場合は、いずれも両親が親身になって悩みを聞いてくれたことや自分の気持ちを理解してくれたという親のサポートが認められた。また、親のサポートは十分あるが、それでも不安を感じて眠れないと訴えた生徒が1名いた。これは、現在のクラスにいじめをしそうな人がいることや、今後クラスがどのようになっていくのかということに不安を感じていることによるものであった。

このように、小学校の時のいじめ被害の経験は、その後も後遺症となって生徒を苦しめ続けるという深刻な事態があらためて浮き彫りになった。本研究では、その要因の一つとして親のサポートの問題が明らかになった。研究3では、いじめ加害者の男子にも面接調査をしたが、この男子はいじめをする理由として、親が自分の気持ちを理解してくれないことや、悩みを聞いてくれない、勉強ばかりを強要されていららすると述べている。このことから、いじめ加害の原因の一つに親のサポートの欠如が挙げられる。

近年、都市部では地域によっては経済的な困難や両親の離婚などが増加し、子どもたちが親から十分なサポートを受けられないという状況にある。しかし、その一方で親もサポートを必要とし

ていると考えられる。今後、親を学校や地域社会がどのようにサポートしていくかが、子どもを支援するための重要な課題となる。

#### 4. いじめの防止や改善に向けて

それでは、どのようにしたらいじめを防止することができるのだろうか。教師や仲間からのサポートがいじめ発生の危険性を低下させることは、多くの研究で指摘されている (Cole, 1999; Cowie, 2000; Karin, 2001)。「文部科学省 児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査(いじめ)」においても、教師・家族・友人らによる支援がこれらのストレスを軽減することが分かっており、周囲の支援がいじめを抑止する効果があることを指摘している。なかでも注目されているのが、欧米で学校内での児童間のトラブルの解決と減少を目指して導入されているピア・サポートである (Cole, 1999; Cowie, 2000)。これは、スーパーバイザー役を務める大人がピア・ヘルパーとなる児童に対してカウンセリング技能や対人トラブルの解決方法などを教え、いじめなどのトラブルを抱えて困っている児童の援助を行うものである。ピア・サポートは、その利用者となるいじめ被害児童が様々な対人的スキルを学習する上で有効とされている (Cowie, 2000)。

しかし、ストレスを感じているのは子どもたちだけではない。教師もストレスに悩まされ、その結果として子どもたちへの適切な支援が困難になっている状況がある (吉川・今野, 2005)。このことから、教師と子どもが互いにサポート関係を築くような支援方法を考える必要がある。今野 (1997, 1999, 2000, 2003) の動作法による学級づくりの試みは、その一つの有効な方法であると考えられる。

ところで、中学校には地域のいくつかの小学校から生徒が入学してくる。この時点では、多くの生徒は初対面の関係である。もちろん、教師とも初対面の関係である。小学校でいじめを受けたり良好な対人関係を持つことができなかつたりした生徒にとって、こうした新しい環境は不安を抱かせることになるが、その一方で、中学校に入学した当初は、小学校の時の人間関係から解放される

ことによっていじめを受けにくいという特徴がある。このように、中学校入学当初の生徒たちの心身の健康度は、それまでのしがらみや否定的な人間関係から解放されることによって、むしろ小学校の時よりも高くなっていると思われる。このことから、入学当初は新たに良好な人間関係を形成する絶好の機会であるといえる。したがって、この時点で新入生全員を対象とした「心のアンケート」と、それに基づいて個別面接を行ったことは、今後の生徒支援や学級・学校支援にとって有意義なことである。

## 参考文献

- 荒木 剛 (2005). いじめ被害体験者の青年後期におけるレジリエンス (resilience) に寄与する要因について, *パーソナリティ研究*, 14, 1, 54-68.
- Beane, A. (1998). The trauma of peer victimization. In T. W. Miller (Ed.), *Children of trauma*. Madison, CT: International University Press.
- Cole, T. (1999). *Kids helping kids: A peer and peer mediation training manual for elementary and middle school teachers and counselors*. (トレバー・コール著 バーンズ亀山静子・矢部 文 (訳) 1999 ピア・サポート実践マニュアル 川島書店)
- Cowie, H. (2000). Bystander or standing by: Gender issues in coping with bullying in English school. *Aggressive Behavior*, 26, 85-97.
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1996). Children's treatment by peers: Victims of relational and overt aggression. *Developmental Psychopathology*, 8, 367-380.
- Estévez E., Murgui, S., Murgui, S., & Musitu, G. (2009). Psychological adjustment in bullies and victims of school violence. *European Journal of Psychology of Education*, 24, 4, 473-483.
- Grennan, S., & Woodhams, J. (2007). The impact of bullying and coping strategies on the psychological distress of young offenders. *Psychology, Crime & Law*, 13, 5, 487-504.

- Hawker, D. S. J., & Boulton, M. J. (2000). Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41, 441-455.
- 平成21年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」結果（暴力行為、いじめ、高等学校不登校等）について（文科省，平成22年9月）
- 児童生徒の問題行動等に関する調査協力者会議（編）1996 児童生徒のいじめ等に関するアンケート調査研究 文部省初等中等教育局
- 神藤貴昭・斉藤誠一（1996）. いじめと学校ストレスとの関係 日本教育心理学会第38回総会論文集, 165.
- 神藤貴昭・斉藤誠一（1998）. いじめと学校ストレスとの関係(2) 日本教育心理学会第40回総会論文集, 389.
- 神村栄一・嶋田洋徳（1998）. 学校・家庭ストレスと暴力模倣が中学校におけるいじめ加害行為の発現におよぼす影響の検討と教師による介入効果の検討：学校ストレス尺度を用いた中学生に対する調査研究をもとに 財団法人カシオ科学振興財団平成10年年報, 94-95.
- Karin, N. G., & Bergen, U. (2001). School-related stress experience as a risk factor for bullying behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, 30, 5, 561-575.
- 香取早苗（1999）. 過去のいじめ体験による心的影響と心の傷の回復方法に関する研究, カウンセリング研究, 32, 1-13.
- 今野義孝（1997）. 仲間とのコミュニケーションを育てる動作法—特殊学級や知的障害者施設における仲間づくり— 特殊教育学研究, 35, 172-174.
- 今野義孝（1999）. 動作法のワークショップが知的障害者施設職員の状態に及ぼす効果 特殊教育学研究, 37, 41-49.
- 今野義孝（2000）. 動作法のボディ・ワークによる教師間のコミュニケーションと児童理解の促進 文教大学教育学部紀要, 34, 3-13.
- 今野義孝（2003）. 教師と教育動作法 成瀬悟索編 教育動作法 第3章 動作法と学校教育 学苑社.
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・丹羽祥子・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係 心理学研究, 63, 310-318.
- 岡安孝弘・高山 巖（2000）. 中学校におけるいじめ被害者および加害者の心理的ストレス 教育心理学研究, 48, 410-421.
- 坂西友秀（1995）. いじめが被害者に及ぼす長期的な影響および被害者の自己認知と他の被害者認知の差 社会心理学研究, 11, 105-115.
- Rigby, K. (1998). The relationship between reported health and involvement in bully/victim problems among male and female secondary school-children. *Journal of Health Psychology*, 3, 465-176.
- Roth, D. A., Coles, M. E., & Heimberg, R. G. (2002). The relationship between memories for childhood teasing and anxiety and depression in adulthood. *Anxiety Disorders*, 16, 149-164.
- 嶋田洋徳・岡安孝弘・浅井邦二・坂野雄二（1992）. 児童の心理的 school ストレスとストレス反応との関係 日本健康心理学会第5回大会発表論文集, 56-57.
- 谷 文秀・尾崎康子（2007）. 中学生におけるいじめ停止と心理的ストレスとの関連についての検討 日本教育心理学会第49回総会論文集, 97.
- 吉川延代・今野義孝（2005）. 中学校における生徒と教師のストレスに関する調査 日本カウンセリング学会38回大会論文集, 39-38.
- 吉川延代・今野義孝（2008）. 中学生のストレスコーピングといじめに関する意識について 日本カウンセリング学会41回大会論文集, 129.

---

**【抄録】**

本研究では、次の3つの研究を行った。研究1では、中学生の体験するストレスの特徴について検討した。調査参加者は、公立中学校の全校生徒である。研究2では、同じ学校の生徒を対象にして、いじめに対する考え方とストレスとの関係について検討した。研究3では、小学校でいじめ被害を経験した生徒16名について、中学校入学当初の心理的状态について検討した。その結果、研究1では、「学業」が一貫して最も大きなストレスであることが見いだされた。研究2では、「無記入群」はストレスの発散の手段として、他者を攻撃する可能性が高いことが示唆された。また、「第三者・傍観者群」は、ストレスを教師や友人に相談して解消することが困難なことが見いだされた。この群の生徒はいじめに対して第三者的・傍観者的態度をとることによって、いじめの悪化に間接的に加担している可能性がある。研究3では、小学校のときにいじめ被害にあった生徒は、その後も後遺症に苦しんでいることが分かった。しかし、両親のサポートが十分な生徒には後遺症が少なかった。

---