

中学生の悩みごとに関する研究

—大学生の回想回答の検討—

A study on troubles of junior high-school students
—Considering retrospective responses by college students—

神田 信彦*
Nobuhiko KANDA

要旨：大学生189名を対象に、中学生時代の「悩みごと」について回想によって回答を求め、悩みごとの経過や肯定的側面等について検討を行った。悩みごとの主な内容は「友人関係」「進路」「学業」及び「部活」であった。「悩みごと」によって心身への影響が中心であり、問題行動を起こしたものは極めて少なかった。「悩みごと」への対応は、我慢したり、自分の力で解決しようとしたり、身近な人への相談が多く行われ、養護教諭やスクールカウンセラーへの相談は少ないものであった。「悩みごと」の結果は、解決したものは進路に関しては90%以上であったが、悩みごと全体では43.3%であった。悩みごとを抱えたことによる肯定的側面を挙げたものは、45.6%であり、これに「悩みごと」の解決の有無は関連していなかった。最後に対人関係のあり方が「悩みごと」の対応とに関連するかを検討した。

キーワード：中学生、悩みごと、相談

I. 問題と目的

1. 問題

中学生や高校生の悩みごとを扱った研究は、主に2つの文脈で捉えることができる。一つはストレス研究の中でこれらを取り上げ、悩みごとをストレスの原因であるストレスラーの一つとして捉え、ストレス反応（例えば、岡安・嶋田・丹羽・森・矢富，1992；神藤，1998；岡田，2002）やストレス対処（例えば、神田・大木，1998；岡田，2005）あるいはこれらのあり方に影響を与えると考えられるソーシャルサポートなどをその要因として検討を行うもの（例えば、岡安・嶋田・坂野，1993；石毛・無藤，2005）である。

* かんた のぶひこ 文教大学人間科学部

もう一つは、悩みごとの実態を明らかにし生徒の学校適応への一助としようという流れである。その内容として、悩みごとの内容、悩みごとへの対応（対処）、悩みごとと学校内の支援、悩みごとの否定的影響などがある。以下では2000年以降の悩みごとを扱った研究をみていくこととする。

1) 悩みごとの内容に関する研究

中学生に多くみられる悩みごととして、尾藤（2009）は「勉強」「成績」「進路」「性格」「健康・体力」「友人」及び「容姿」を、斉藤・木下・金田・森（2010）は、「勉強」と「進路」を挙げている。また、深谷・三枝・深谷・亀澤・根舛子・田上（2001）の調査によれば、男女ともに30%以上の者が悩みごととして挙げた項目は「学業成績について」「高校受験について」及び「将来の進路について」であった。また、女子だけが40%前後の者が挙げたものは「自分の性格について」「身長や体重について」や「顔など自分の外見について」であった。これらは、調査者が悩みごとの項目を用意し、それに対する該当の程度を回答してもらう方法によっている。悩みごとの内容について回答者の自由記述によって把握しようとしたものの1つに岩瀧（2008）がある。その結果をKJ法により分類し、「学習」「心理（部活動）」「心理（自分自身）」「健康」「社会（友だち）」「社会（先輩後輩）」及び「進路」に分類し、「具体的な悩みの半数以上は社会領域の他者であることが示された。」と述べている。

それぞれの研究結果は、必ずしも一致していないものの「進路問題」「学業問題」及び「友人関係問題」は概ね共通していると言えよう。

2) 悩みごとへの対応（対処）を扱った研究

後藤・廣岡（2005）は、悩みの程度と、悩みごとの相談相手へ相談抵抗との関係を検討し、深刻な悩みごとの場合、友だちへの相談抵抗が最も低く、親に対する抵抗がもっとも高いことを見いだしている。また、天野・上田・櫻井・安里（2000）は、悩みごとを抱えたときやいらいらすることにたいしてどのように対処をするかを自由記述で回答をもとめ「計画型」「対決型」「社会的支援模索型」など8つのカテゴリーに分類している。

さらに岩瀧（2008）は悩みごとへの対応としての相談することを取り上げ、相談しやすい悩みは「学習」や「進路」に関するものであり、相談しにくいものは「部活動」「自分自身（の問題）」や「健康」に関するものであること、「部活動」「自分自身」「健康」「社会」や「進路」では、学年の上昇と共に自己解決が行われる割合が上昇し相談が抑制されることなどを明らかにしている。同じく相談の観点から小針（2008）は、中学2年生を対象に悩みごとを抱えたときの相談対象としてスクールカウンセラーがほとんど選択されないことを明らかにしている。

この一方で、悩みごとがどのような結果になったか、さらには悩みを抱えることに関してその肯定的な側面に注目されることはないようである。

2. 目的

本研究は、中学生の時期の悩みごとの内容、対応（他者への相談を中心）、生じた問題、結果、肯定的影響及びそれらの関連について検討を行うことを目的とした。

特に、これまでの諸研究では、調査時点で中学生である人達を対象に調査を行う場合が多く、そのため悩みごとへの対応がどのような結果をもたらしたのかまでは、明確にされていない。

また、一般的には、上でみたように悩みごとが当事者に与える否定的影響が指摘されるが、本研究は肯定的影響にも注目した。これまでにも高校受験期のストレス研究で散見され（石毛・無藤，2005；飯村，2016）るが、本研究では高校受験に限定することなく、悩みごとを経験する

ことは、肯定的側面を獲得する可能性あると考え研究を進めた。またストレス関連成長に限定せず、悩みごとの経験による肯定的影響について検討することを目的とした。

さらに、親子関係や交友関係のあり方と悩みごとへの対応等にどのように関連するかも合わせて検討を行った。ソーシャルサポートの観点から、肯定的な対人関係の認知が悩みごとの対応や結果に肯定的な関係を持つことが期待された。

なお、悩みごとの結果及び肯定的影響を探るために、本研究は大学生を調査対象とすることによって検討を行った。

II. 調査方法

1. 調査対象 B大学学生189名（男性69名、女性120名；平均年齢18.9歳（SD=1.16））。
2. 調査実施の時期 2016年7月中旬、心理学系の授業で配布し、回答を求め、回収した。
3. 調査票の構成（1）フェースシート部分 無記名による回答を求めたが、年齢及び性別については記載を求めた。
（2）「心配事」「悩みごと」「困ったりした」こと（以下「悩みごと」）について 自由記述で最も深刻なものから5つまで回答を求めた。次いで、それらについてどのように対応したかを「何もしなかった」及び「その他」を含む17項目（Table 3 参照）の中から4つまで選択するように求めた。さらに、それらがその後どうなったかを、「解決した」「ひとりでに解消した」「解決しなかった（多少はよくなった）」及び「解決しなかった」の4つから選択を求めた。また、「悩みごと」から2次的問題が生じたかを選択肢11項目（Table 4 参照）の中から2つまで選択を求めた。さらに、「悩みごと」の経験が肯定的影響（「役だったり、プラスになったこと」）を伴ったか否かをたずねると共に、その具体的内容を自由記述によって回答を求めた。
（3）対人関係に関する項目 中学生時代の親子関係をたずねる20項目（Table 10 参照）、及び友人関係をたずねる7項目（Table 11 参照）。いずれも筆者の案出によった。これらについて「なかった」「たまにあった」「時々あった」「よくあった」及びいつもだった」の5件法によって回答を求めた。なお分析にあたっては、それぞれ0～4点で換算を行った。
4. 倫理的配慮 回答参加への自由の保障、回答拒否の保障、途中放棄の保障、提供された情報の限定利用の保障、データの安全な保管の保障及び確実な廃棄の保障、さらに回答をもって研究への協力を承諾したものとみなすことを調査票の表紙に記載し、説明を行った。

III. 結果

1. 「悩みごと」の記載のあったものとその内容

「悩みごと」に関する回答は自由記述であった（160名が回答）ため、KJ法の手法に準じて分類を行い、Table 1 に示される10項目に分類を行った。上位を占めた悩みごとは「友人」「進路」「学業」「部活」の順であった。これは先行研究の結果に概ね対応するものであった。

Table1 悩み事等として最初に挙げられた問題の数と延べ数

	悩み事等の内容										合計
	進路	部活	学業	友人	いじめ	恋愛	教師	自身	家族	その他	
男子 最初	10(18.9)	9(17.0)	5(9.4)	12(22.6)	0(0.0)	3(5.7)	2(3.8)	6(11.3)	2(3.8)	4(8.0)	53
男子 延べ	18(17.3)	17(16.3)	18(17.3)	22(21.2)	0(0.0)	8(7.7)	2(1.9)	10(9.6)	4(3.8)	5(4.8)	104
女子 最初	13(12.1)	5(4.7)	14(13.1)	47(43.9)	8(7.5)	1(0.9)	3(2.8)	6(5.6)	3(2.8)	7(6.5)	107
女子 延べ	23(11.0)	23(11.0)	33(15.7)	69(32.9)	10(4.8)	9(4.3)	4(1.9)	13(6.2)	12(5.7)	14(6.7)	210
合計 最初	23(14.4)	14(8.8)	19(11.9)	59(36.9)	8(5.0)	4(2.5)	5(3.1)	12(7.5)	5(3.1)	11(6.9)	157
合計 延べ	41(13.1)	40(12.7)	51(16.2)	91(29.0)	10(3.2)	17(5.4)	6(1.9)	23(7.3)	16(5.1)	19(6.1)	314

(調査対象189名中、記載なし29名(男子16名、女子13名)であった。;括弧内の数値は悩みごと全体に対する比率を表している)

Table2 最初に記載された悩みごとへの対応数

		1	2	3	4	合計
男子	人数	16	7	7	11	41
	%	39.0	17.1	17.1	26.8	
	R	2.1	-2.6	-8	1.5	
女子	人数	22	40	23	16	101
	%	21.8	39.6	22.8	15.8	
	R	-2.1	2.6	.8	-1.5	
合計	人数	38	47	30	27	142
	%	26.8	33.1	21.1	19.0	

($\chi^2=10.0$, $df=3$, $p<.05$)

2. 「悩みごと」への対応

次に「悩みごと」への対応をみると、「何もしなかった」及び記載なしを除いた平均対応数は、男性2.37 ($\sigma=1.28$), 女性2.38 ($\sigma=1.01$)であった。対応した142人のうち、1つの「悩みごと」への対応数を男女別でみると (Table 2)、2つ以上の対応は全体で73.2% (男子61.0%, 女子79.2%)であった。また対応数1と2について男女間で有意な違いが見られ、男性は1つの対応を、女性は2つの対応をそれぞれ多くしていたが、それ以上の対応では差が存在しなかった。

また、どの対応が多く用いられているかを示したものがTable 3である。全体については、最初に挙げられた対応では、「我慢した」(39.4%)、「家族(大人)に相談した」(22.5%)、「自分の力で解決しようとした」(15.5%)や「仲のよい友人や先輩に相談した」(11.3%)の比率が高くなっていた。各「悩みごと」について4つの回答の合計を各「悩みごと」の人数で除した比率を実施率としたが、前の3つも増加(48.6%, 44.4%, 33.8%)しているが、「仲のよい友人や先輩に相談」(17.1%⇒40.1%)と「担任教師に相談」(10.2%⇒23.9%)も増加していた。「養護教諭」「スクールカウンセラーへ相談」や「電話相談」の比率は低いものであった。

第1回答について「悩みごと」の内容別に上位のものをみると、「進路」では「家族(大人)に相談した」(13件(56.5%))が最も多く、次いで「自分の力で解決しようとした」(5件(21.7%))であった。「部活」では「自分の力で解決しようとした」(6件(54.5%))がもっとも多かった。「学業」では、「我慢した」(8件(42.1%))が最も多かった。さらに、「友人」では「我慢した」(27件(55.1%))、「家族(大人)に相談」(11件(22.4%))の順であった。

なお、以下では、最初に挙げられた「悩みごと」について分析を行った。

Table3 悩みごとへの対応

	我慢した	自分の力で解決しようとした	家族(大人)に相談	家族(きょうだい)に相談	担任に相談	養護教諭に相談	他の教師に相談	仲のよい友人・先輩に相談	塾の講師に相談	スクールカウンセラーに相談	電話相談	日記に自分の気持ちを書いた	ブログ等に自分の気持ちを書いた	インターネットで情報を集めた	SNS上で相談	その他	合計
進路	N 2	5	13	0	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	23
	比率 8.7	21.7	56.5	0.0	8.7	0.0	0.0	4.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
部活	N 1	6	1	0	1	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	11
	比率 9.1	54.5	9.1	0.0	9.1	0.0	0.0	18.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
学業	N 8	3	3	0	0	0	2	3	0	0	0	0	0	0	0	0	19
	比率 42.1	15.8	15.8	0.0	0.0	0.0	10.5	15.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
友人	N 27	3	11	0	2	0	1	4	0	0	0	0	0	0	0	1	49
	比率 55.1	6.1	22.4	0.0	4.1	0.0	2.0	8.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	
いじめ	N 6	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	8
	比率 75.0	0.0	12.5	0.0	0.0	0.0	0.0	12.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
恋愛	N 0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	3
	比率 0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
教師	N 3	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	5
	比率 60.0	0.0	20.0	0.0	0.0	0.0	0.0	20.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
自身	N 3	3	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	10
	比率 30.0	30.0	10.0	0.0	0.0	10.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	10.0	10.0	0.0	
家族	N 2	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	4
	比率 50.0	0.0	0.0	25.0	0.0	0.0	0.0	25.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
その他	N 4	2	1	0	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10
	比率 40.0	20.0	10.0	0.0	10.0	20.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
全体	N 56	22	32	1	6	3	3	16	0	0	0	0	0	1	1	1	142
	比率 39.4	15.5	22.5	0.7	4.2	2.1	2.1	11.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	0.7	0.7	

(比率は各対応の中(行方向)での比率を示している。)

3. 「悩みごと」によって生じた問題

「悩みごと」によって生じた問題を2つまで回答を求めたが、これを一括して示したものがTable 4である。全体で見ると、「気持ちが落ち込んでしまった」(43.9%)、「学校に行くのが嫌になった」(32.5%)、「身体の調子が悪くなった」(17.2%)、「何もやる気がなくなった」(14.0%)、「友達を避けるようになった」(10.8%)の比率が高かった。

「悩みごと」別にみると、「気持ちが落ち込んでしまった」が第1位であったのは「進路」(39.1%)、「部活」(28.6%)「学業」(52.6%)であった。次に多かったのは「進路」では「身体の調子が悪くなった」(21.7%)、「部活」では「何もやる気がなくなった」(28.6%)が、と「学業」は「何もやる気がなくなった」(26.3%)であった。「友人」では「学校に行くのが嫌になった」(56.1%)、「気持ちが落ち込んでしまった」(42.1%)と「友達を避けるようになった」(29.8%)が多かった。

「友人」の悩みで「友だちを避けるようになった」以外の具体的行動化の比率は低く専ら心身の不調が「悩みごと」によって生じた問題であった。

Table4 悩みごとの内容と生じた問題（複数回答の合計）

	悩みごとの数	悪くなった	身体が調子が悪くなった	嫌になった	学校に行くのが	込んでしまった	気持ちが悪くなった	何もやる気がなくなった	学校を休んでしまった	友達を避けるようになった	勉強が手につかなくなった	親に反抗するようになった	教師に反抗するようになった	悪いことをやってしまった	その他	合計
進路	23	5	2	9	3	0	0	1	1	0	0	0	0	1	22	
部活	14	2	1	4	4	0	0	0	0	3	0	0	0	1	15	
学業	19	3	4	10	5	0	0	1	0	1	0	1	1	3	28	
友人	57	6	32	24	4	1	17	2	0	1	0	1	1	4	92	
いじめ	8	2	6	5	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	15	
恋愛	4	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	3	
教師	5	2	0	4	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	7	
自身	12	3	2	6	4	1	0	1	0	1	0	0	0	0	17	
家族	4	0	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	
その他	11	4	3	5	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	14	
合計	157	27	51	69	22	4	17	7	4	4	4	4	2	9	216	
		17.2	32.5	43.9	14.0	2.5	10.8	4.5	2.5	2.5	2.5	1.3	5.7			

(各欄の下段の数値は、悩みごとの数に対するそれぞれの生じた問題の比率を表している。)

Table5 悩みごとの成り行き(結果)

	解決した	ひとりでに解消した	解決しなかった(多少良くなった)	解決しなかった	合計
進路	21 (91.3)	0 (0.0)	2 (8.7)	0 (0.0)	23
部活	4 (28.6)	1 (7.1)	5 (35.7)	4 (28.6)	14
学業	11 (57.9)	0 (0.0)	5 (26.3)	3 (15.8)	19
友人	21 (36.8)	9 (15.8)	10 (17.5)	17 (29.8)	57
いじめ	2 (25.0)	5 (62.5)	1 (12.5)	0 (0.0)	8
恋愛	1 (25.0)	0 (0.0)	1 (25.0)	2 (50.0)	4
教師	4 (80.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (20.0)	5
自身	1 (8.3)	2 (16.7)	6 (50.0)	3 (25.0)	12
家族	1 (25.0)	1 (25.0)	1 (25.0)	1 (25.0)	4
その他	2 (18.2)	3 (27.3)	3 (27.3)	3 (27.3)	11
合計	68 (43.3)	21 (13.4)	34 (21.7)	34 (21.7)	157

(括弧内の数値は比率)

Table6 対応数1と2つ以上での結果の違い

	解決した	ひとりでに解消した	解決しなかった(多少良くなった)	解決しなかった	合計
1つ	N 10	7	12	10	39
	比率 25.6	17.9	30.8	25.6	
	R -2.8	.6	1.4	1.5	
2つ以上	N 53	14	20	16	103
	比率 51.5	13.6	19.4	15.5	
	R 2.8	-6	-1.4	-1.5	
合計	N 63	21	32	28	142
	比率 44.4	14.6	22.2	19.4	1.0

($\chi^2=8.13$, $df=3$, $p<.05$)

(R = 調整済み残差)

4. 悩みごとの成り行き（結果）

Table 5に第1回答に挙げられた「悩みごと」の結果を示した。「解決した」は43.3%であった。これに「ひとりでに解消した」（13.4%）と合わせ56.7%が、問題がなくなったという結果であった。個々の「悩みごと」に対応した結果をみると、「進路」については、90%以上が「解決した」と回答している。一方、「部活」「学業」「友人」については、「解決しなかった」と「解決しなかった（多少はよくなった）」を合わせて40%台～60%台であった。また数は少ないものの「自身」（12件）についても70%が同様に結果の不良を示した。同様に数は少ないが「いじめ」（8件）については「ひとりでに解消した」が62.5%、「解決した」が25%であった。回答を対応数1と対応数2以上の群に分け、結果との関係について χ^2 検定を行った（Table 6）。その結果は有意であった（ $\chi^2=8.13$, $df=3$, $p<.05$ ）。調整済み残差の値から「解決した」に差がみられ、対応2つ以上で解決した比率（51.5%）が1つの比率（25.6%）に較べ高い事を示した。

5. 「悩みごと」を経験し、その後に役だったことの有無とその内容

「悩みごと」があったと回答した160名のうち、それがその後の自分に肯定的な影響があったと回答した者は、45.6%（73名）であった。Table 7に示されたように「学業」「教師」及び「家族」では、肯定的影響があったとするものがなかったとするものより多かったが、それ以外では、概ね「なかった」の比率の方が高かった。特に「いじめ」については肯定的影響の記載はない。

肯定的影響と「悩みごと」の結果との関係をみると（Table 8）、全体に「なし」の比率が高いが特に「解決しなかった」では、その比率が高いが統計的には有意ではなかった（ $\chi^2=3.67$, $df=3$, n.s.）。これは、解決するかしないかと肯定的影響とは無関係であることを示している。

肯定的影響の回答は自由記述であったので、これもKJ法に準じる方法で分類を行った。その結果を性別で示したものがTable 9である。最も多かったものは、問題となる事項や場面に関する「具体的対応方法や知識」が身についたであった（30.1%）。また、「自分の考え方が変わった」や「精神的に強くなった」など自分の変化を示す4つの合計は34.2%であった。

Table 7 悩みごとの内容別の肯定的影響の有無と有無での比率

	進路	部活	学業	対人関係	いじめ	恋愛	教師関係	自身	家族	その他	合計
肯定的なし	13(56.5)	9(64.3)	8(42.1)	35(59.3)	7(87.5)	2(50.0)	1(20.0)	8(66.7)	1(20.0)	6(54.5)	87(54.4)
影響あり	10(43.5)	5(35.7)	11(57.9)	24(40.7)	1(12.5)	2(50.0)	4(80.0)	4(33.3)	4(80.0)	5(45.5)	73(45.6)
比率	23(14.4)	14(8.8)	19(11.9)	59(36.9)	8(5.0)	4(2.5)	5(3.1)	12(7.5)	5(3.1)	11(6.9)	160

(括弧内は比率)

Table 8 悩みごとの結果と肯定的影響の有無及び有無での比率

		解決した	ひとりでに 解消した	解決しなかった (多少良くなった)	解決しなかった	合計
肯定的なし		33 (48.5)	11 (52.4)	17 (50.0)	23 (67.6)	84 (53.5)
影響あり		35 (51.5)	10 (47.6)	17 (50.0)	11 (32.4)	73 (46.5)
比率		68	21	34	34	157

($\chi^2=3.60$, $df=3$, n.s.) (括弧内は比率)

Table9 肯定的影響の内容

	役立って いる	精神的に (我慢) 強くなった	多少の ことで動じ なくなった	他の人の気持ち を考えられる ようになった	自分の考え方 が変わった	具体的対応 方法や知識	何とかなる と思えるよ うになった	その他	合計
男子	5 (21.7)	3 (13.0)	2 (8.7)	0 (0.0)	2 (8.7)	7 (30.4)	1 (4.3)	3 (13.0)	23
女子	9 (18.0)	3 (6.0)	2 (4.0)	6 (12.0)	7 (14.0)	15 (30.0)	2 (4.0)	6 (12.0)	50
合計	14 (19.2)	6 (8.2)	4 (5.5)	6 (8.2)	9 (12.3)	22 (30.1)	3 (4.1)	9 (12.3)	73

(括弧内は比率)

6. 親や友人との対人関係の良好さと悩みごとと解決等との関連

親子関係や友人関係が「悩みごと」への対応数、結果及び肯定的影響の有無に関係するか否かを検討するために、親子関係に関する20項目に対して因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った結果、固有値の減衰のあり方と構成因子の有意性から3因子が抽出された（Table10）。各因子はそれぞれを構成する項目の意味から「距離欲求」「対立行動」及び「積極交流」と命名した。前2者は親との否定的関係を意味し、後者は円滑な親子関係を意味している。また、友人関係をたずねる8項目についても因子分析（主因子法、バリマックス回転）を行った（Table11）。その結果、2因子が抽出され、「円滑交友」及び「不適交友」と命名した。なお、各因子を構成する項目の粗点の合計値の平均値と標準偏差はTable12の通りである。

Table10 親子関係項目の因子分析（主因子法、プロマックス回転）結果

項 目	第1因子 距離欲求	第2因子 対立行動	第3因子 積極交流	
親にたいして自分のことに口出しして欲しくないと思うことが	.90	-.01	.17	
親と自分の考えが合わないと思うことが	.83	-.01	.02	
親は自分（私）の考えを分かってくれていないと思うことが	.75	-.02	-.07	
親にたいして自分のことを放っておいて欲しいと思うことが	.73	.10	-.01	
親の言うことをうさいとすることが	.64	.23	.04	
早く一人で生活したいと思うことが	.60	.03	-.11	
親は世間体ばかり気にしていると思うことが	.59	-.11	-.09	
親と口げんかをしたことが	-.11	.96	.03	
親と大げんかをする事が	-.06	.77	.01	
気に入らないことがあって親と口をきかなかったことが	.06	.75	.02	
親に口ごたえをしたことが	.05	.73	.01	
親に駄目だと言われても、自分のやりたいことを押し通したことが	.08	.51	.00	
親と顔を合わせないようにすることが	.12	.45	-.14	
親に友達の話をする事が	.10	.05	.82	
親と雑談（例えば、テレビ番組のこと）をする事が	.02	-.02	.77	
親と一緒にテレビを見る事が	.01	-.09	.67	
親に悩みなどを相談する事が	-.04	.10	.67	
親と自分の将来の話をする事が	-.01	.07	.63	
親と一緒に出かける事が	-.02	-.14	.59	
親は自分のことを大切に思ってくれていると思うことが	-.25	-.03	.48	
	固有値	6.54	2.94	1.07
	寄与率	32.70	14.70	5.30

Table 11 交友関係項目に関する因子分析（主因子法，バリマックス回転）結果

	第1因子円滑交友	第2因子不適交友
友達と出かけることが	.85	-.02
友達と遊ぶことが	.84	-.04
友達がいてよかったと思ったことが	.63	-.26
友達から悩みなどを相談されることが	.50	.09
友達に悩みなどを相談することが	.47	.19
友達を無視することが	-.05	.84
友達から無視されることが	-.12	.83
友達とけんかすることが	.29	.47
固有値	2.40	1.70
寄与率	30.30	21.70

Table 12 各因子の項目の粗点の合計値の男女別平均値

	距離欲求	対立行動	積極的交流	円滑交友	不適交友
男子 (N=53)	13.19 (6.31)	8.51 (4.92)	15.86 (5.61)	12.58 (3.18)	1.62 (1.91)
女子 (N=106)	12.65 (6.59)	9.11 (5.76)	18.80 (5.97)	13.40 (4.09)	1.83 (2.10)
合計	12.83 (6.48)	8.91 (5.48)	17.87 (6.00)	13.13 (3.82)	1.76 (2.03)

(括弧内は標準偏差)

次に、上記5因子の各項目の粗点合計の平均値を共変量、対応数及び結果をそれぞれ従属変数とする順序ロジスティック重回帰分析を行った。対応数を従属変数とする分析で有意となったのは、親との「積極的交流」($p<.01$)及び親との「距離欲求」($p<.41$)であった (Table13)。いずれもそれぞれの得点が高いほど対応数が多いという結果となった。結果を従属変数とする分析では、尤度検定の結果モデルの適合が認められなかった ($\chi^2=6.10$, $df=5$, n.s.)。しかし、友人との「円滑交友」のWaldの統計量が有意 ($p<.05$)であったので、あらためて「円滑交友」のみを共変量とする分析を行ったところ有意な結果が得られた (Table14)。これは「円滑交友」得点が高い方が問題が解消する方向にあることを示唆する結果である。

Table 13 対応数を従属変数、5因子を共変量とした順序ロジスティック重回帰分析の結果

	偏回帰係数	標準誤差	Wald	自由度	有意確率
距離欲求	.066	.032	4.177	1	.041
対立行動	-.002	.038	.003	1	.955
共変量 積極的交流	.107	.035	9.609	1	.002
円滑交友	.038	.046	.678	1	.410
不適交友	.070	.098	.516	1	.473

尤度比検定： $\chi^2=17.69$, $df=5$, $p<.001$ ；適合度： $\chi^2=404.78$, $df=388$, n.s.；平行性検定： $\chi^2=6.92$, n.s. (対応数4が基準)

Table 14 結果を従属変数、円滑交友を共変量とした順序ロジスティック重回帰分析の結果

	偏回帰係数	標準誤差	Wald	自由度	有意確率
円滑交友	-.112	.039	8.102	1	.004

尤度比検定： $\chi^2=8.60$, $df=5$, $p<.01$ ；適合度： $\chi^2=38.53$, $df=47$, n.s.；平行性検定： $\chi^2=2.66$, $df=2$, n.s. (「解決しなかった」が基準)

また、「肯定的影響」の有無を従属変数、各因子の項目粗点合計を共変量とする二項ロジスティック重回帰分析（強制投入法）を行ったが、モデルの尤度比検定は有意ではなく ($\chi^2=5.3$, $df=5$, n.s.)、「悩みごと」を経験することによる肯定的影響の有無にたいして親子関係や友人関係は無関係である事が示された。

IV. 考察

本研究では、大学生の回想による中学生時代の最も多かった「悩みごと」は、交友関係に関することであった。これは岩瀧（2008）の結果と一致しているが、学業関係の悩みごとが多いという尾藤（2009）、斉藤・木下・金田・森（2010）や深谷・三枝・深谷・亀澤・根舂子・田上（2001）の結果とは異なるものであった。また永井・深田（2013）のストレス研究においてストレスラーとしての強度が「学業>教師との関係>友人関係」という有意な違いを見いだしている。これら違いの原因の一つは、本研究や岩瀧の研究では、自由記述によって当時のあるいは記入時点での「悩みごと」の記載を求めているのに対し、他の研究では予め項目が用意され、これに回答することを求めている可能性を考慮することができる。

本研究で回答を求めた対応の選択肢として「相談」を中心に設定したが、養護教諭やスクールカウンセラーへの相談は少なかった。小針（2008）や岩瀧（2008）でも、中学生は相談相手として、身近な存在（友人、親、教師）が選択されることが多く、スクールカウンセラーや養護教諭への相談が少ないことが指摘されている。中学生にとって相談等に関する専門性よりも身近である事が選択の基準であるのかもしれない。同時にスクールカウンセラーや養護教諭の専門性についての確かな情報を持ち合わせていない可能性もある。

次に「悩みごと」の結果については、「進路」が90%以上解決したという結果であり、どのような対応を選択しても多くは解決に向かうことが示された。これは相談に関してみれば、進路情報や進路に対する考え方を相談される側が把握しやすく助言しやすという背景にあると考えられる。一方、「進路」を除いた「解決した」の全体の比率を算出すると35.1%であった。身近な人に相談することは心の支えになると考えられるが、解決とは直結しない可能性が高いということであり、具体的には「交友関係」「部活」や「自身」に関する悩みごとは容易に解決するような問題ではないことが多いのであろう。

「悩みごと」に遭遇することで心身の不調や不登校欲求が生じたり、さらに交友関係限定ではあるが友だちを避けるなどの影響（つまりストレス反応）がみられた。その一方で、大学生になり振り返ってみると肯定的影響があったとする回答は46.5%であった。しかし、「いじめ」に関しては肯定的な影響を指摘する回答はほとんどなく、1件あった回答も「あまりにひどい経験だったので、少しくらいの困難は平気になった」という趣旨のものであった。「いじめ」のような過酷な経験を除き、「悩みごと」を経験する事には、自己形成に役立つ場合も少なくないということを示していると考えられる。また、解決に至らず、肯定的影響のない場合でも、それを補う日常生活の出来事や対人関係や活動があるのであろう。さらに、進学や学年進行に伴うクラス替えなど生活の場が変わることにより当該の悩みごとから遠ざかる場合もあると考えられる。

最後に、対人関係のあり方が、「悩みごと」の結果や対応数に影響する可能性を検討した。前者については無関係であることが、後者については、親との間の「距離欲求」及び「積極的交流」が反対の意味を持つにもかかわらず、同様の効果を持つことが示された。つまり、親子関係が良好になされることと、親から干渉されたくないということが対応数に影響を与えていることが示された。ただし、前者の影響の方が強いという結果であった。これは詳細な分析やさらなる研究が必要であるが、それぞれが異なる対応と関係がすることが予想される。

引用文献

- 天野洋子・上田礼子・桜井あや子・安里葉子（2000）. 中学生の対処行動に関する研究：悩みや困ったことのある場合 沖縄県立看護大学紀要, 1, 1-8.
- 尾藤ヨシ子（2009）. 中学生の悩みの特徴と悩むことの意義 日本教育心理学会総会発表論文集, 51, 626.
- 深谷昌志・三枝恵子・深谷野亜・亀澤信一・根舂セツ子・田上純子（2001）. 中学生の悩み モノグラフ 中学生の世界（ベネッセ教育研究所）, 70, 2-104.
- 後藤安代・廣岡秀一（2005）. 中学生が抱く「相談することに対する抵抗感」についての実態調査的研究 三重大学教育実践総合センター紀要, 25, 77-84.
- 石橋太加志（2009）. 中学生・高校生の悩みに対する教師の役割について 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 心理発達科学, 56, 21-28.
- 石毛みどり・無藤隆（2005）. 中学生における精神的健康とレジリエンス及びソーシャルサポートとの関連 —受験期の学業場面に着目して— 教育心理学研究, 53, 356-367.
- 飯村周平（2016）. 高校受験期に生じるストレス関連成長 —パーソナリティ特性と知覚されたサポートの役割 教育心理学研究, 64, 364-375.
- 岩瀧大樹（2007）. 中学校入学時の子どもの期待・不安へのソーシャル・スキル・トレーニング効果の検討 日本学校教育相談学会第19回大会発表論文集, 24-25.
- 岩瀧大樹（2008）. 中学生が抱える悩み及び悩みに対する相談相手・相談抑制理由に関する研究—1 昭和女子大学大学院生活機構研究科紀要, 17, 53-68.
- 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.
- 小針誠（2008）. 中学生はスクールカウンセリングを利用しているのか? 同志社女子大学総合文化研究紀要, 25, 26-40.
- 岡田佳子（2002）. 中学生の心理的ストレス・プロセスに関する研究 教育心理学研究, 50, 193-203.
- 岡田佳子（2005）. 中学生のストレスコーピングに関する研究：学校ストレス研究へのATIパラダイムの応用 早稲田大学学術研究. 教育心理学編, 53, 15-27.
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・坂野雄二（1993）. 中学生におけるソーシャルサポートの学校ストレス軽減効果 教育心理学研究, 41, 302-312.
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・丹羽洋子・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.
- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. L. (1996). Assessment and Prediction of stress-related growth. Journal of Personality, 64, 71-105.
- 斉藤ふくみ・木下正江・金田（松永）恵・森よし江（2010）. 中学生の悩みとその対処行動及び学習との関連について 茨城大学教育学部紀要. 教育科学, 59, 193-203.
- 神藤貴昭（1998）. 中学生の学業ストレスと対処方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.