

3 「思春期の心理」と「対処方法」の関連

(1) 対処方法からみた思春期の心理

ここまで、「思春期の心理」と「対処方法の様相」について、各々みてきた。ここでは、「思春期の心理」と「対処方法」にはどのような関連があるのか。対処方法がどのような思春期の心理と関係しているかを検討する。

図5は、設問Ⅰ「思春期の心理」の6因子の得点と設問Ⅱ「対処方法」の20項目の関連について、対処方法の分類に添って、ピアソンの積率相関係数(*注3)で示したものである。

① 解決行動

〔項目〕 「No.5 自分でどうすればよいか考える」 「No.20 誰かに相談する」

この二つの解決行動は共に、「家族親和感」因子の得点と相関がある。心配事や悩み事に対して解決行動をとろうとする子供たちは、家族との関係の中で支えられている状況にあることがうかがわれる。

さらに「自分でどうすればよいか考える」は「自己肯定感」因子と相関がある。

「誰かに相談する」は「友だち友好感」因子とかなり相関がある。このことは、友だちと日常的に関係が深い子供は、他者に相談できることを示している。

② 攻撃行動

〔項目〕 「No.8 自分を傷つける」「No.11 人にあたる」「No.12 やけ食いをする」
「No.17 物にあたる」

攻撃行動の4項目は、「不安・抑うつ感」、「攻撃性」、「自暴自棄感」各因子と相関がある。特に「自分を傷つける」は、「自暴自棄感」因子にかなり相関があり、「人にあたる」、「物にあたる」は、「攻撃性」因子にかなり相関がある。

攻撃行動に攻撃性の心性があることは当然だが、心配事や悩み事があったとき、攻撃行動を選択する背景に、不安・抑うつ的な気分があり、かつ自暴自棄的になっていることが推測される。実際に、攻撃行動をとる子供に、不安・抑うつ的な気分が存在することは、気付きにくいことであるが、「不安・抑うつ感がある」という視点で見ていくことが必要である。

(*注3) ピアソンの積率相関係数は、2つの変数の相関を示す。相関係数は1～-1までの範囲をとり、プラスの場合は正の相関（一方の変数が高くなると他の変数も高くなる傾向）、マイナスの場合は負の相関（一方の変数が高くなると他の変数は低くなる傾向）である。心理学、教育学では一般に次のように解釈されている。

00 ～ ±0.20	相関がほとんどがない
+ .20 ～ + .40(-.20～-.40)	低い相関がある
+ .40 ～ + .70(-.40～-.70)	かなり相関がある
+ .70 ～ + 1.00(-.70～-1.00)	高い相関がある

■ 不安抑うつ感

▨ 家族親和感

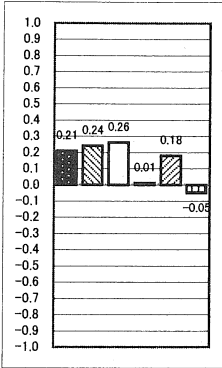
□ 自己肯定感

▩ 攻撃性

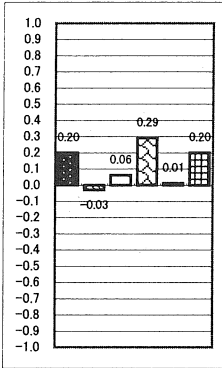
▤ 友だち友好感

▧ 自暴自棄感

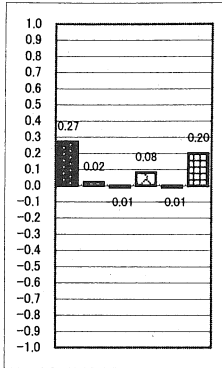
No. 5 自分でどうすればよいか考える



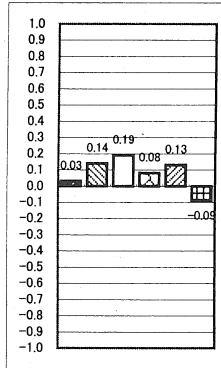
No. 12 やけ食いを
する



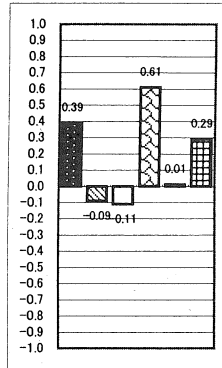
No. 13 がまんする



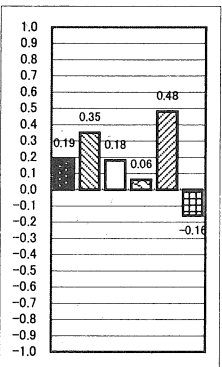
No. 6 趣味に夢中
になる



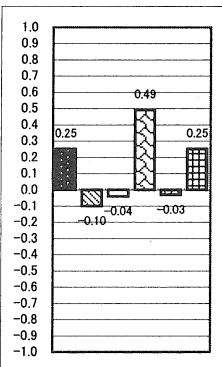
No. 7 イライラする



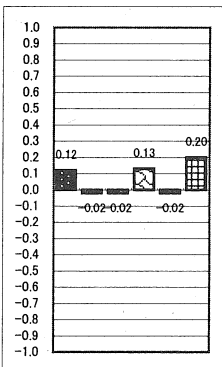
No. 20 誰かに相談
する



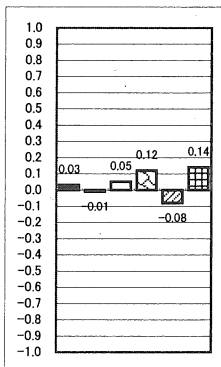
No. 17 物にあたる



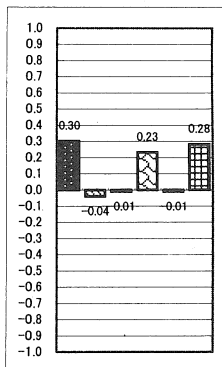
No. 18 仕方がないと
あきらめる



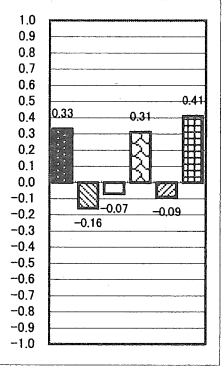
No. 10 インター
ネットやゲーム
で遊ぶ



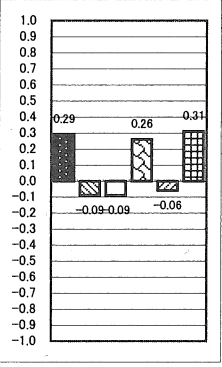
No. 14 体調がくずれる



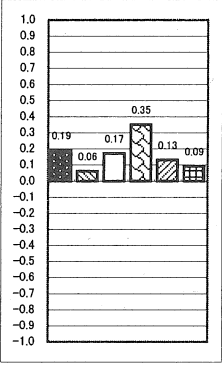
No. 8 自分を傷つ
ける



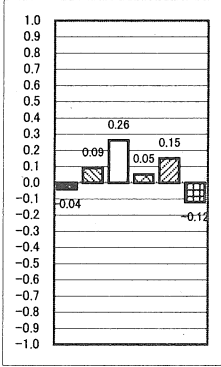
No. 3 自分の部屋
にこもる



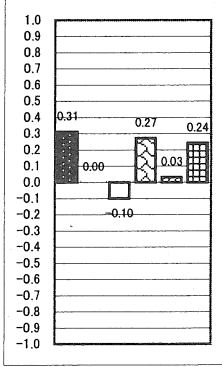
No. 1 思い切り大
声を出す



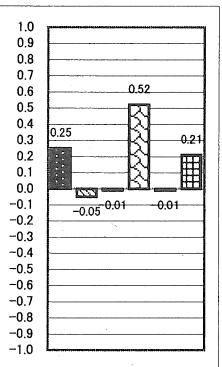
No. 15 スポーツに
熱中する



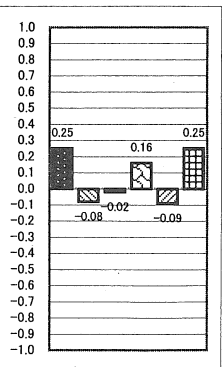
No. 16 ボーッとす
る



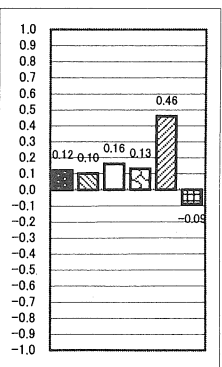
No. 11 人にあたる



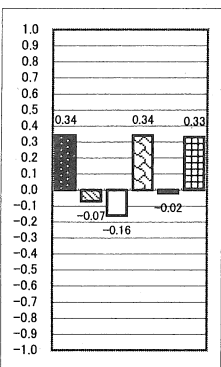
No. 9 悩んでいるこ
とを人に知られな
いようにする



No. 4 友だちとおしゃ
べりしたり、メール
をしたりする



No. 2 何もしたく
なくなる



No. 19 何も考えら
れなくなる

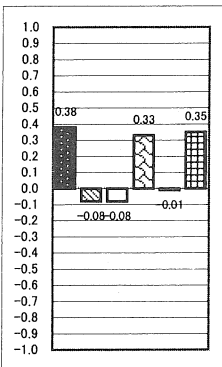


図5 ピアソンの積率相関係数で示す「思春期の心理」と「対処行動」との相関

③ 自己統制

〔項目〕 「No.3 自分の部屋にこもる」

「No.9 悩んでいることを人に知られないようにする」

「No.13 がまんする」「No.18 仕方がないとあきらめる」

自己統制の4項目は、すべて「自暴自棄感」因子と相関がある。このうち「自分の部屋にこもる」、「悩んでいることを人に知られないようにする」、「がまんする」は「不安・抑うつ感」因子とも相関がある。

心配事や悩み事があった時、自分の部屋にこもり、引っ込んでいる状況や、がまんし、悩みを知られたくない状態となり、気分は抑うつ的で、自暴自棄になっていることが分かる。

子供たちは、外部と距離を置き、自分を抑えているが、一方、やけになったり、どうでもよくなったりして、精神的に目一杯の状態になる様子がうかがわれる。このような子供たちは、外見的にはがまんしているので、内面はとらえにくいですが、自暴自棄の要素がさらに高まったときには、行動となって表れる可能性も考えておく必要がある。

④ 発散行動

〔項目〕 「No.1 思い切り大声を出す」

「No.4 友だちとおしゃべりしたり、メールをしたりする」

「No.6 趣味に夢中になる」「No.10 インターネットやゲームで遊ぶ」

「No.15 スポーツに熱中する」

発散行動の5項目のうち、次の2項目「趣味に夢中になる」、「インターネットやゲームで遊ぶ」はどの因子ともほとんど相関がない。

どの因子とも相関がないということは、いかなる内的な状態にある子供でも、心配事や悩み事がある時に、趣味に夢中になったり、インターネットやゲームで遊んだりして、発散していることを意味している。

「思い切り大声を出す」は「攻撃性」因子と相関が見られ、「友だちとおしゃべりしたり、メールをしたりする」は「友だち好感」因子と相関が見られる。また、「スポーツに熱中する」は「自己肯定感」因子と相関がみられた。

⑤ 心理状況

〔項目〕 「No.2 何もしたくなくなる」「No.7 イライラする」「No.14 体調がくずれる」

「No.16 ボーッとする」「No.19 何も考えられなくなる」

心理状況の5項目は、共通して、「不安・抑うつ感」、「攻撃性」、「自暴自棄感」各因子と相関がある。

心配事や悩み事を抱えたときの心理状況は、不安であり、無気力で、活動停止状況に陥るとともに、身体的な影響がみられることがある。特に、「何もしたくなくなる」、「ボーッとする」、「何も考えられなくなる」という子供たちは、不安・抑うつ感だけではなく、攻撃性や自暴自棄感を抱いているということが分かった。

以上、「思春期の心理」と「対処方法」の関連をみてきたが、その中で次の二つの特徴がみられた。

- i) 人や物にあたり、自分を傷つけたりする「攻撃行動」をとる子供及び、がまんしたり、あきらめたり、自分の部屋にこもったりして「自己統制」する子供に、共通して「不安・抑うつ感」と「自暴自棄感」がある。
- ii) 心配事や悩み事があったとき、他の人に相談するなどの解決行動がとれる子供は、「家族親和感」、「友だち友好感」など対人的な親密感をもっている。

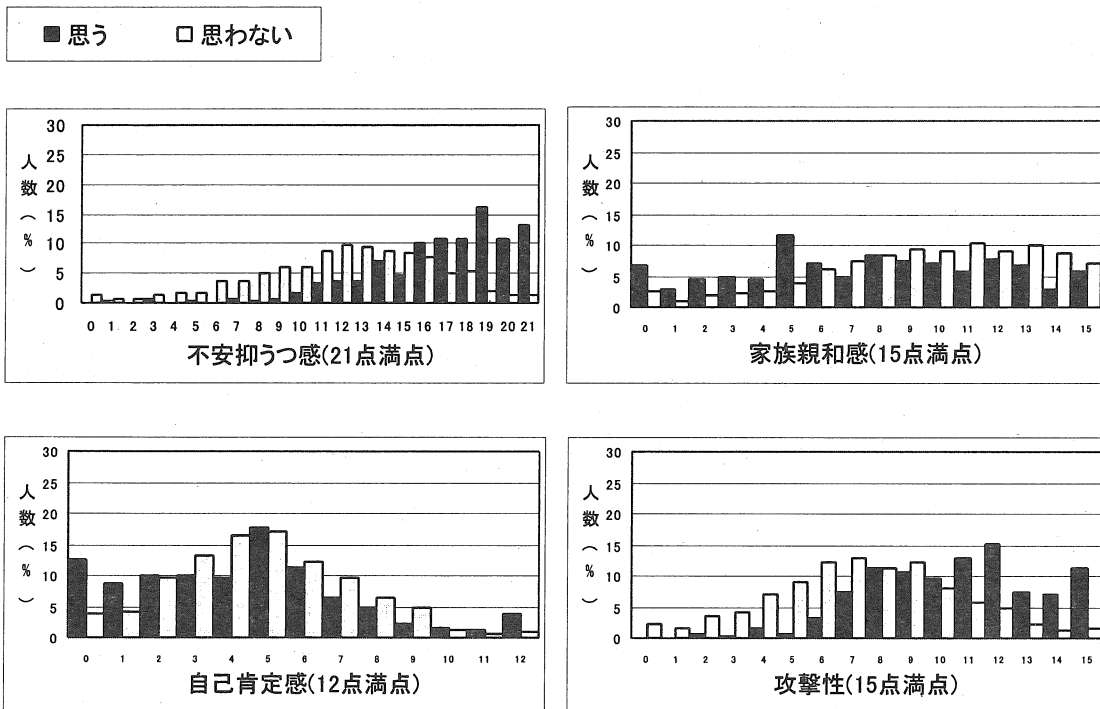
(2) 特徴的な対処方法

ここでは、「自分を傷つける」と「誰かに相談する」という2つの対称的な対処行動に注目する。それは「自分を傷つける」が、危惧される対処方法であり、一方、「誰かに相談する」が、解決をめざす積極的行動だからである。

この対称的な2つの対処方法をとる子供の心理の理解を深めるために、6因子の様相を見てみる。

① 「自分を傷つける」(攻撃行動)

図6は、「自分を傷つける」について、4件法の中で、「そう思う」と「思わない」と回答した子供の6因子の得点分布を示したものである。



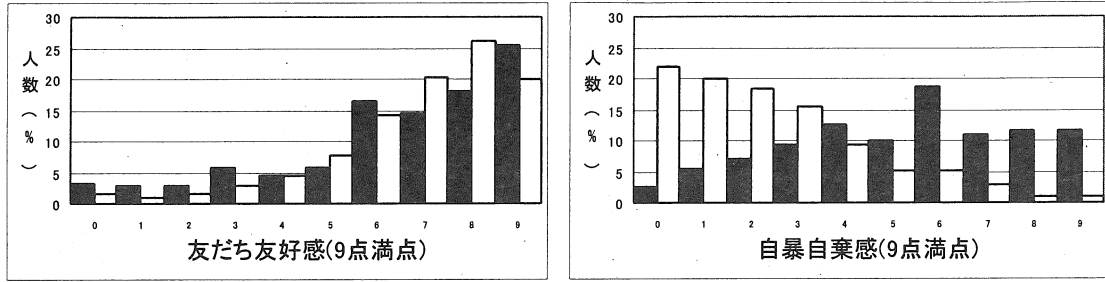


図6：「No.8 自分を傷つける」に「そう思う（よく当てはまる）」「思わない（当てはまらない）」と回答した生徒

「不安・抑うつ感」、「攻撃性」、「自暴自棄感」の各因子については、「そう思う」と回答した子供の方が、「思わない」と回答した子供よりも得点が高い位置に分布している。

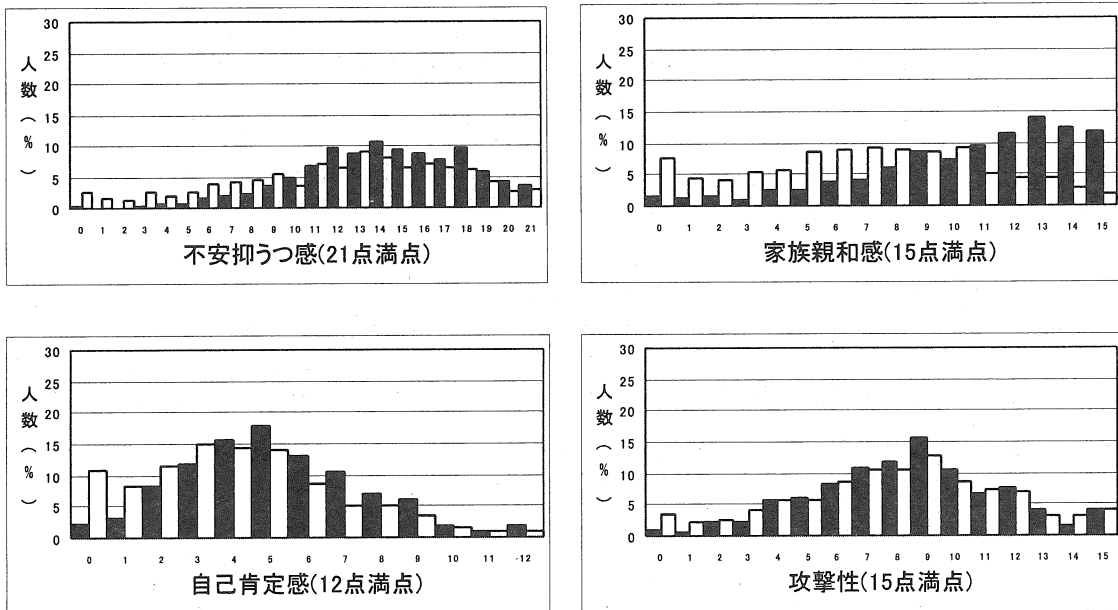
「家族親和感」、「自己肯定感」、「友だち友好感」の各因子は、「そう思う」と回答した子供の方が「思わない」と回答した子供よりも得点が低い位置に分布しており、明らかな違いが出ている。

このように、「自分を傷つける」という攻撃行動に「そう思う」と回答した子供は、「不安・抑うつ感」、「攻撃性」、「自暴自棄感」が高いことが特徴である。

② 「No.20 誰かに相談する」 (解決行動)

図7は、「誰かに相談する」について、「そう思う」と「思わない」と回答した子供の6因子の得点分布を示したものである。

■ 思う □ 思わない



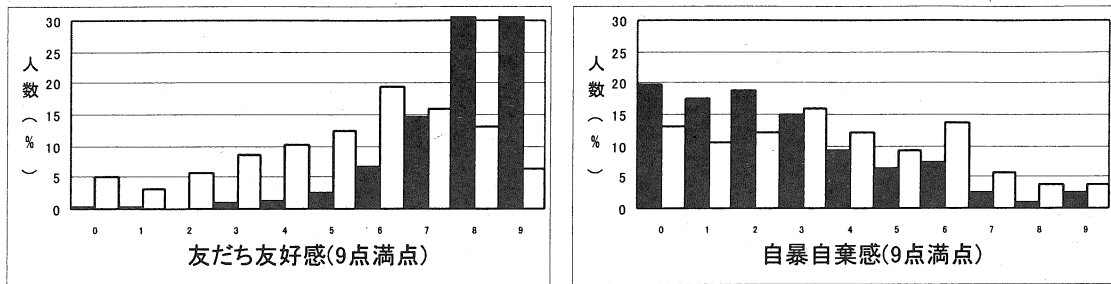


図7：「No.20 誰かに相談する」に「そう思う(よく当てはまる)」「思わない(当てはまらない)」と回答した生徒

「家族親和感」、「友だち友好感」因子については、「そう思う」と回答した子供の方が「思わない」と回答した子供よりも、高い位置に得点が分布していることが顕著である。

他方、「自暴自棄感」因子は、「そう思う」と回答した生徒の方が、「思わない」と回答した生徒よりも低い位置に得点が分布している。「攻撃性」因子については、両者の分布に大きな違いは見られない。

このように、「誰かに相談する」という解決行動をとる子供は、「家族親和感」、「友だち友好感」が高いことに特徴がある。

以上のことから、自分を傷つける行為については、不安・抑うつ感が高く、自暴自棄で攻撃性も高いと言える。一方、誰かに相談するという解決行動は、日常的な家族や友だち関係に支えられていることがうかがえる。

他の因子と合わせて考えると「不安・抑うつ感」、「自暴自棄感」が共に高く、加えて「家族親和感」や「友だち友好感」が低く、対人関係の支えのない子供は気がかりである。

4 調査からみた気がかりな子供たち

「思春期の心理」と「対処方法」の関連をみる中で、「不安・抑うつ感」と「自暴自棄感」の両方が高い子供で、「攻撃行動」と「自己統制」を対処方法としてとる子供において、悩みや不安を解決できず、自らを傷つけたり、引きこもったりするなど憂慮される状況がみられた。その状況に加えて、「家族親和感」及び「友だち友好感」が低く、対人関係に支えられていない状況にある子供は、心理的に孤立し、悩みや葛藤を克服できずに危機的状況に陥ることが懸念される。

そこで、「不安・抑うつ感」と「自暴自棄感」が高く、かつ「家族親和感」と「友だち友好感」の低い子供たちを「気がかり群」と命名し、どのような心理的状況にあって、どのような対処行動をとるかなどについて、詳しく見ていくこととした。

(1) 気がかり群の設定

① 因子得点による群分け

因子得点の分布は各因子で異なるが、各得点の平均から両側1標準偏差を超える群を作成し、その両側に位置する低群、高群に焦点を当てる。各群の人数を表4に示す。

表4：因子得点による群別データ数

(有効データ数 3045 名中)

群	低 群		中 位 群		高 群	
	得点	データ数	得点	データ数	得点	データ数
F 1 「不安・抑うつ感」	0～8	427	9～17	2,118	18～21	500
F 2 「家族親和感」	0～5	543	6～12	1,879	13～15	623
F 3 「自己肯定感」	0～2	553	3～7	2,115	8～12	377
F 4 「攻撃性」	0～4	395	5～11	2,218	12～15	432
F 5 「友だち友好感」	0～4	419	5～8	2,068	9	558
F 6 「自暴自棄感」	0	435	1～5	2,102	6～9	508

② 気がかり群の抽出

①で作成した群を活用して、「不安・抑うつ感」因子の得点が高群（因子得点18点以上）かつ、「自暴自棄感」因子が高群（同6点以上）であり、さらに「家族親和感」因子（5点以下）または「友だち友好感」因子（4点以下）が低群である生徒を「気がかり群」として抽出したところ、表5のように74名（有効データ3,045名の2.4%に当たる）がこの群に属していることが分かった。

表5：「気がかり群」の学年別・性別内訳

	中1	中2	中3	高1	高2	高3	高4	計
男子	1	4	5	6	4	6	1	27
女子	10	3	6	10	8	9	0	46
不明	—	—	—	—	1	—	—	1
計	11	7	11	16	13	15	1	74

(2) 気がかり群の子供たちの様相

① 「気がかり群」における「自己肯定感」「攻撃性」因子の関連

「気がかり群」の子供たちの「自己肯定感」因子と「攻撃性」因子についてみると、表6から、次のことが分かった。

ア「自己肯定感」についてみると、「全体」では低群が18.1%でとどまっているが、「気がかり群」では60.8%が低群に属し、「気がかり群」の自己肯定感の低さが目立つ。
イ「攻撃性」についてみると、「全体」では、高群が14.2%であるが、「気がかり群」では高群が50.1%で、「気がかり群」の攻撃性が高いことがうかがわれる。

表6：「気がかり群」の「自己肯定感」因子と「攻撃性」因子の得点の分布

気がかり群の自己肯定感				全体の自己肯定感				気がかり群の攻撃性				全体の攻撃性			
点数	度数(人)	割合(%)	各群%	点数	度数(人)	割合(%)	各群%	点数	度数(人)	割合(%)	各群%	点数	度数(人)	割合(%)	各群%
0	20	27	60.8	0	128	4.2	18.1	0	0	0	0	0	37	1.2	13.0
1	13	17.6		1	143	4.7		1	0	0		1	32	1.1	
2	12	16.2		2	282	9.3		2	0	0		2	74	2.4	
3	10	13.5	33.9	3	377	12.4	69.5	3	0	0	49.9	3	90	3	72.8
4	4	5.4		4	553	18.2		4	0	0		4	162	5.3	
5	3	4.1		5	547	18		5	1	1.4		5	226	7.4	
6	5	6.8	5.5	6	374	12.3	12.4	6	3	4.1	50.1	6	319	10.5	14.2
7	3	4.1		7	264	8.7		7	4	5.4		7	366	12	
8	2	2.7		8	184	6		8	7	9.5		8	354	11.6	
9	1	1.4	0	9	110	3.6	0.9	9	9	12.2	0	9	412	13.5	0
10	1	1.4		10	39	1.3		10	4	5.4		10	308	10.1	
11	0	0		11	18	0.6		11	9	12.2		11	233	7.7	
12	0	0	0	12	26	0.9	0	12	13	17.6	0	12	198	6.5	0
計	74	100.0		計	3045	100.0		計	74	100.0		計	3045	100.0	

前述のことから「気がかり群」の子供たちは、次のような子供たちであることが推測される。

- i) 不安・抑うつ感が強く、投げやりな傾向がみられ、家族や友だちなど他者との関係が親密でなく信頼感をもてない。
- ii) 全般に自信がなく、自分を肯定的にとらえられず、イライラ感や攻撃性が高い。

② 「気がかり群」における対処方法

「気がかり群」の子供は、どのような対処方法をとるのか、「設問Ⅱ」の項目に、「そう思う(よく当てはまる)」と回答した子供の割合を、全体と対比させながらみていく。

(図8 , P. 15 図2 参照)

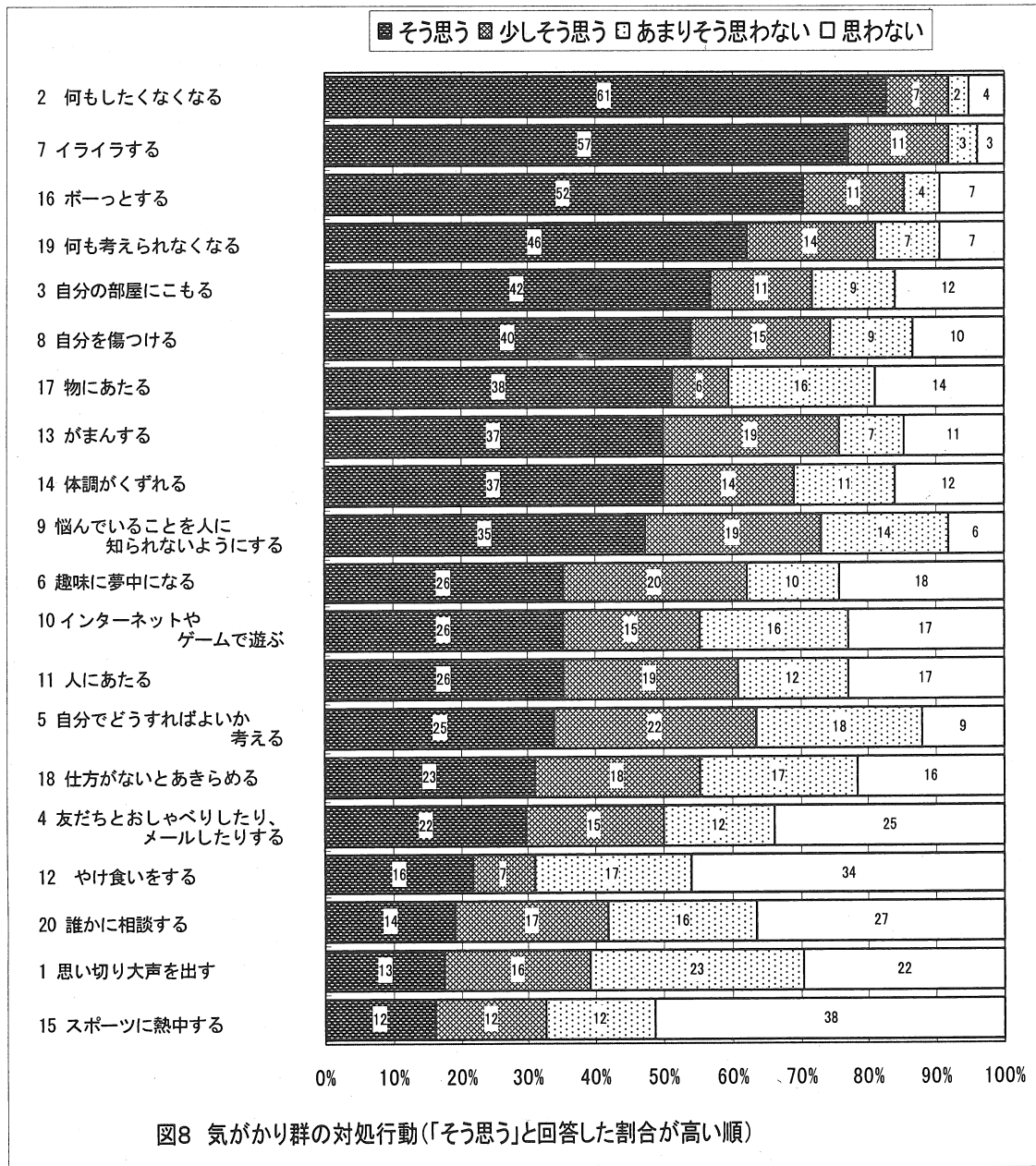


図8 気がかり群の対処行動(「そう思う」と回答した割合が高い順)

ア 全体傾向

図8は「気がかり群」74名の対処方法について、回答結果を示したものである。「そう思う」に回答した子供の多い順にみると、次のようになる。「何もしたくなくなる」(82.4%)、「イライラする」(77.0%)、「ポーっとする」(70.3%)、「何も考えられなくなる」(62.2%)、「自分の部屋にこもる」(56.8%)である。いずれの項目についても「少しそう思う」に回答した子供は極少数で、上位5位までに

あがった項目では「そう思う」に子供の回答が集中している。このことから、「気がかり群」は困難な状況に対して、具体的な行動に至らず、動けずにボーッとしたり、何も考えられずにいたりすることが多く見られるということが分かった。

イ 心理状況	気がかり群	全体
「No.2 何もうたくなくなる」	61名 (82.4%)	⇔ 1,135名 (37.3%)
「No.7 イライラする」	57名 (77.0%)	⇔ 1,061名 (34.8%)
「No.16 ボーッとする」	52名 (70.3%)	⇔ 1,228名 (40.3%)
「No.19 何も考えられなくなる」	46名 (62.2%)	⇔ 510名 (16.7%)
「No.14 体調がくずれる」	37名 (50.0%)	⇔ 444名 (14.6%)

「心理状況」を示す5項目について、「気がかり群」では「そう思う」と回答した子供の割合がいずれも50%を超え、「全体」に比べて非常に高い。前述の全体傾向で述べたように、「気がかり群」の対処行動は、悩みやストレスを抱えたとき、精神的活動が一旦停止したかのようになり、行動的には不活動の状態を呈することが多くみられる。

ウ 攻撃行動	気がかり群	全体
「No.8 自分を傷つける」	40名 (54.1%)	⇔ 239名 (7.8%)
「No.17 物にあたる」	38名 (51.4%)	⇔ 535名 (17.6%)
「No.11 人にあたる」	26名 (35.1%)	⇔ 309名 (10.1%)
「No.12 やけ食いをする」	16名 (21.6%)	⇔ 212名 (7.0%)

「気がかり群」では、「攻撃行動」として分類される「自分を傷つける」、「物にあたる」について、「そう思う」と回答した子供はいずれも50%を超えており、かつ「全体」よりも高い割合を示している。このことは「気がかり群」の子供の方が、困った状態に陥ったときには攻撃行動を取る割合が高いことが分かる。

特に「自分を傷つける」は、「全体」では、「そう思う」と回答した子供が、7.8%であるのに比べて、「気がかり群」では54.1%と非常に高く、全体との差が大きい。

エ 自己統制	気がかり群	全体
「No.3 自分の部屋にこもる」	42名 (56.8%)	⇔ 579名 (19.0%)
「No.13 がまんする」	37名 (50.0%)	⇔ 716名 (23.5%)
「No.9 悩んでいることを人に 知られないようにする」	35名 (47.3%)	⇔ 713名 (23.4%)
「No.18 仕方がないとあきらめる」	23名 (31.1%)	⇔ 511名 (16.8%)

自己統制に属する項目について見てみると、「気がかり群」の中の30~50%を超える子供が「そう思う」と回答している。「全体」の回答と比べても、自己統制を図る子

供が明らかに多いことが分かる。「気がかり群」の子供は、様々な思いを抱えつつ、自らの中に閉じこめてしまう傾向が強いことが分かる。

オ 解決行動	気がかり群	全体
「No.5 自分でどうすればよいか考える」	25名(33.8%)	⇔ 983名(32.3%)
「No.4 友だちとおしゃべりやメールをする」	22名(29.7%)	⇔ 1,212名(39.8%)
「No.20 誰かに相談する」	14名(18.9%)	⇔ 806名(26.5%)

解決行動のうち、「自分でどうすればよいか考える」は、「全体」とほぼ同様に、30%を超えた子供が「そう思う」と回答している。また「友だちとおしゃべりやメールをする」と「誰かに相談する」については、「全体」よりも少なくなっている。このことは、「気がかり群」の子供たちは、困難な状況にあつて、どうすればよいかと考えることは、「全体」と変わらないが、友だちとおしゃべりやメールをしたり、誰かに相談したりするという、対人関係を介した解決行動は取りにくいことが分かる。

カ 発散行動	気がかり群	全体
「No.6 趣味に夢中になる」	26名(35.1%)	⇔ 1,161名(38.1%)
「No.10 インターネットやゲームで遊ぶ」	26名(35.1%)	⇔ 657名(21.6%)
「No.15 スポーツに熱中する」	12名(16.2%)	⇔ 692名(22.7%)
「No.1 思い切り大声を出す」	13名(17.6%)	⇔ 386名(12.7%)

発散行動に属する項目について「そう思う」と回答した「気がかり群」の子供に、一定の傾向は見出しにくい。趣味に熱中したり、インターネットやゲームで遊んだりすることは、「全体」とほぼ同様か、それ以上多くの「気がかり群」の子供が選択している。しかし、どちらかと言えば、対人関係の中で発散することより、個人で取り組むことの方が多くのように推察される。

「気がかり群」の子供がとる対処方法は、次のようにまとめられる。

- i) 悩み事やストレスに遭遇すると、ボーッとしたり、イライラして、何も考えられなくなり、動けず、無活動の状態が続く。
- ii) なかなか具体的な行動に至らず、発散行動も十分に行えず、がまんしたり、自分の気持ちを抑えたり、自傷行為や対物攻撃に及ぶことが推測される。
- iii) 重要な解決行動の一つである、誰かに相談する子供たちは非常に少数であることが分かる。

③ 自由記述からみた「気がかり群」の様相

また、「気がかり群」の子供たちの心理の探るために、調査の自由記述欄の記述を、「思春期の心理」の因子に従って整理した。以下にその一部を参考のために示す。

[主に不安・抑うつ感に関すること]

- ・相手が傷つくということなど考えずにいろいろ言う人がいるので、毎日がつらい。
- ・家にいても、学校に来てても寂しい。
- ・学校に来るのが嫌だ。
- ・何をやっても人に迷惑かけるだけ……………。
- ・自分だけ一人になってしまう。学校に来たくない。もう嫌だ。

[主に家族に関すること]

- ・親は子供のことなんて少しも分かってくれない。
- ・悩み事があっても家族なんかには相談できない。
- ・親は自分の意見を押しつけるばかりで、嫌だ。

[主に自己肯定感に関すること]

- ・「ネガティブに考えるな」って言われるけど、迷惑かけているから。
- ・逆らうといじめられるので、いつもビクビクしている。
- ・今の自分に自信がもてない。
- ・今が過ぎるのを待つしかない。
- ・前に楽しかったことも今は楽しくない。

[主に攻撃性に関すること]

- ・いつも私が悪いと言われる。だったらいっそいなくなってしまうのかな。
- ・むかつく。

[主に友だちに関すること]

- ・友だちの話についていけない。
- ・友だちに拒絶されている感じがする。
- ・つらいことを相談できる人がいない。
- ・表面だけのつき合いはつらい。

[主に自暴自棄感に関すること]

- ・「いる意味あるの」みたいな……………居場所がない。
- ・今はいつか過ぎるから、後になって懐かしく思い出せばいい。
- ・つらいことばかりで、したいこともないし、無理して生きていることもない。

(個人情報保護のために、記述に若干の加筆修正を行っている。)