

博士（人間科学）学位論文 概要書

児童生徒の心理的ストレスと
学校不適應に関する研究

1996年1月

早稲田大学大学院人間科学研究科

嶋田 洋徳

指導教授 上里 一郎

本研究の目的は、小中学生を対象として、学校場面において観察される心理的ストレスに関するモデルを提唱し、子どもたちのストレスマネジメントの臨床的実践への提案を行うことであった。

第1章においては、従来の心理的ストレスと学校ストレスに関する研究が展望された。第2章においては、展望の結果、以下の5点が問題点として指摘された。それらは、①わが国の小中学生の学校ストレスを適切に測定することのできる尺度が開発されていない、②従来の心理的ストレスモデルが小中学生を対象として包括されていない、③子どものストレス反応表出の軽減に有効な要因が同定されていない、④情動的反応から認知行動的反応、および身体的反応に至るまでのストレス反応の連続性が不明確である、⑤学校ストレスモデルを構成するためには、横断的研究を行うだけでは不十分である、であった。そして、これらの問題点を明らかにすることの意義が述べられた。

第3章においては、①の問題点を解決するために、学校ストレスに関連する尺度が作成された。具体的には7つの各測定尺度（学校ストレッサー、ストレス反応、認知的評価、コーピング、ソーシャルサポート、社会的スキル、セルフ・エフィカシー）が作成された。第4章においては、②の問題点を解決するために、Lazarus らによって提唱された心理的ストレスモデル（ストレッサーに対する認知的評価やコーピングがストレス反応の表出を決定する）によって、小中学生のストレス反応の表出過程が説明可能であるかどうかを検討され、学校ストレッサーに対して行われる認知的評価やコーピ

グがストレス反応の表出に影響を及ぼしていることが確認された。そして、影響性評価が高いほど、またコントロール感の評価が低いほど、さらに回避的なコーピングを行うほどストレス反応の表出が強いことが明らかにされた。続いて、第5章においては、小中学生の心理的ストレス過程における認知的評価とコーピングの相互作用が検討され、小中学生においてもこれらが相互作用（トランスアクション）することによってストレス反応の表出に影響を及ぼしていることが明らかにされた。

第6章においては、③の問題点を解決するために、実際に介入の標的となりうる心理的ストレス過程に影響を及ぼす個人内の要因（知覚されたソーシャルサポート、社会的スキル、セルフ・エフィカシー）が取り上げられ、どの要因がストレス反応の軽減に有効であるのかが検討された。そして、いずれの要因もストレス反応の軽減には有効であることが示された。第7章においては、④の問題点を解決するために、ストレス反応項目の項目分析や因果モデルに関する分析が行われた結果、ストレス反応は「情動的反応→認知行動的反応→身体的反応」という流れで理解できることが示された。

第8章においては、第3章から第7章までの知見を総合し、かつ⑤の問題点を踏まえて各要因間の相関関係や要因ごとの時系列変化の特徴を考慮に入れた「学校ストレスモデル」が提起された。続いて第9章においては、個人内で反復した調査的研究、および事例的研究を行うことによって、第8章で提起された学校ストレスモデルの臨床的妥当性が検討され、その結果、モデルが十分な妥当性を有

していることが示された。そして、学校ストレスモデルを用いたストレスマネジメントへの応用の方法が述べられた。

最後に第10章においては、本研究の結果に対する総括的な考察が論じられた。その概要は、①小中学生の心理的ストレスは、さまざまな学校不適応行動（不登校や無気力など）と強い関連性がある、②小中学生の心理的ストレス過程は、「学校ストレスの経験→学校ストレスに対する認知的評価（影響性、コントロール可能性）→コーピングの実行→ストレス反応の表出」と構成される学校ストレスモデルで理解できる、③心理的ストレス過程の各段階には、知覚されたソーシャルサポート、社会的スキルの獲得、一般性セルフ・エフィカシーの獲得が大きく関与している、④小中学生のストレス反応の抑制には、社会的スキル訓練、セルフ・エフィカシーの向上などの認知行動的アプローチが有効である、⑤表出されるストレス反応の種類によって、その軽減に有効な要因が異なる、⑥ストレス反応の軽減において、行動的技法は一定の効果が期待できるものの、認知的技法は子どもの発達段階によって効果が異なり、学年があがるにつれてその効果が期待できる、⑦小中学生のストレスマネジメントを考える際、学校ストレスモデルは有用であり、子どもたちの治療的側面のみならず、予防的側面にも応用することができる、であった。そして、本研究で得られた知見から示唆される臨床心理学的、健康心理学的、教育心理学的意義が考察された。