

高校生の精神的健康に対する教師サポートと 対人ストレスおよび怒りへの対処行動の関連

渡邊真紀*¹ 石田実知子*² 井村亘*² 小池康弘*³

1. 緒言

高校生の時期は、生理学的変化とともに心理的・社会的に急激な変化による混乱の時期であり¹⁾、一般的に、思春期から青年期にかけての精神的な不健康状態は高いことが指摘されている^{2,3)}。また、この時期は自立と依存の中で動揺し、攻撃性の高まりが強いことも特徴である⁴⁾。攻撃的行動には怒りを中心としたネガティブな感情が喚起され、少なからず対人関係のあり方が関与していることが想定され⁵⁾、対人関係能力の低下や社会的スキルの学習不足は今日の高校生に共通課題であるとされている⁶⁾。

さて近年のストレス研究は、Lazarus and Folkman⁷⁾の認知的評価理論の立場からの研究が中心に行われており、わが国の高校生を対象とした研究では、学生生活関連ストレス⁸⁾や対人ストレス⁹⁾に関するもの、不安や抑うつなどのストレス反応、コーピング、ソーシャルサポートなど心理的ストレスを取り巻く諸変数を検討したものが見受けられる^{10,11)}。例えば井村ら¹²⁾は、高校生の自傷行為に対する教師によるサポート（以下、教師サポート）と対人ストレスとの関連に関する研究において、教師サポートにおける「道具的サポート」は、対人ストレス認知に対して抑制的に作用し、間接的に自傷行為に影響を与えることを報告している。また、石田ら⁹⁾の報告では、対人ストレス認知における精神的健康への影響に、怒りに対する対処行動である「援護要請」の媒介効果が示されている。しかしながら、教師サポート、対人ストレス認知、怒りの対処行動、ストレス反応である精神的健康の関連を明らかにしたものはない。

高校生は、非常に強いストレスを感じた時の援助資源として大半の生徒が「友人」、「家族」をあげているもの¹³⁾、その一方で、友人によるサポートの

互恵性が心身の健康に関連するようになるには、比較的長い時間を要することが報告されている¹⁴⁾。これらのことを勘案すると、高校生の精神的健康の向上に向け、教師サポートの役割を検討することの意義は大きいと言えよう。

そこで、本研究は高校生の精神的健康の向上に資する支援方法の開発に対する知見を得ることをねらいとして、高校生の精神的健康に対する教師サポートと対人ストレスおよび怒りに対する対処行動との関連を明らかにすることを目的とした。

2. 方法

2.1 研究デザイン

研究デザインは、自記式質問紙による横断研究とした。

2.2 調査対象

本研究は、調査協力が管理者から得られたA県内普通科高等学校1校に在学する高校生を対象に調査を実施した。

2.3 調査実施期間

調査は平成28年4月上旬に実施した。

対象者への教示は調査協力高校教員によって、教員の担当する教科あるいはホームルームの時間を利用して行った。なお、教示内容は各クラスとも共通の教示文を教員が音読することにより生徒へ伝えた。

2.4 調査内容

調査内容は、基本属性（性別、年齢）、教師サポート（情緒的、道具的）、対人ストレス認知、怒りに対する対処行動（援護要請、状況分析、逃避、暴力）、精神的健康で構成した。なお、それぞれの測定には、因子の側面から見た構成概念妥当性が確認されている尺度を採用した。

*1 玉野総合医療専門学校 作業療法学科

*2 川崎医療福祉大学 医療福祉学部 保健看護学科

*3 川崎医療福祉大学 医療技術学部 リハビリテーション学科

(連絡先) 渡邊真紀 〒706-0002 岡山県玉野市築港1-1-20 玉野総合医療専門学校

E-mail: maki5421s@gmail.com

2.4.1 教師サポート

教師サポートの測定には、教師サポート尺度(2因子斜交モデル)¹²⁾を用いた。前記尺度は、教師によってもたらされるサポートの期待値の程度(サポートが得られると感じている程度)を尋ねるものであり、「情緒的サポート」に関する4項目、「道具的サポート」に関する4項目の計8項目で構成されている。回答は4件法で尋ね、「1点:あてはまらない」、「2点:ややあてはまる」、「3点:かなりあてはまる」、「4点:非常によくあてはまる」とし、教師サポートが高いほど得点が高くなるように配置されている。

2.4.2 対人ストレス認知

対人ストレス認知の測定には、対人ストレス尺度(1因子モデル)¹⁵⁾を用いた。前記尺度は、最近1ヶ月の身近な人との関わりにおける、対人関係上の怒りを喚起しやすいネガティブな認知の程度を尋ねるものであり、10項目で構成されている。回答は4件法で尋ね、「1点:ストレスを感じなかった」、「2点:ストレスをやや感じた」、「3点:ストレスをかなり感じた」、「4点:ストレスをとっても感じた」とし、対人ストレス認知が高いほど得点が高くなるように配置されている。

2.4.3 怒りに対する対処行動

怒りに対する対処行動の測定には、高校生アンダーコピーンク特性評価尺度(4因子斜交モデル)¹⁶⁾を用いた。前記尺度は、激しい怒りに対して用いている対処行動の頻度を尋ねるものであり、「援護要請」、「状況分析」、「逃避」、「暴力」の4因子16項目で構成されている。援護要請とは「助けを求めたり、守って欲しいと求めたりすること」、状況分析とは「脅威となる原因を明らかにすること」、暴力とは「他者や自己に対して身体的・心理的・社会的な有害刺激を与えること」、逃避とは「意識しないようにしたり、避けたりすること」である。回答は5件法で尋ね、「0点:しない」、「1点:滅多にしない」、「2点:時々する」、「3点:かなりする」、「4点:よくする」とし、得点が高くなるほど対処行動の頻度が高くなるように配置されている。

2.4.4 精神的健康

精神的健康は、日本語版精神健康状態表簡易版(S-WHO-5-J)(1因子モデル)¹⁷⁾を用いた。前記尺度は、最近の2週間の気分状態についてその頻度を尋ねるものであり、1因子5項目で構成されている。回答は4件法で尋ね、「0点:全くなかった」、「1点:そういう時は少なかった」、「2点:そういう時が多かった」、「3点:いつもそうだった」とし、得点が高くなるほど精神的健康が良好になるように配置されている。

2.5 統計解析

統計解析は、Lazarus and Folkman⁷⁾の認知的評価理論を参考に、教師サポートが対人ストレス認知に影響を与え、間接的に精神的健康に影響すると同時に、対人ストレスが怒りに対する対処行動を通して精神的健康に影響すると仮定した因果関係モデルを構築し、そのモデルの適合性と変数間の関連性について構造方程式モデリングにより検討した。また、モデルには性別と年齢を統制変数として投入した。

なお、因子に所属する項目で構成される尺度の信頼性は、内的整合性の側面から、 ω 信頼性係数を算出し検討した。因子構造モデルのデータへの適合性は、適合度指標である Comparative Fit Index(CFI)と Root Mean Square Error of Approximation(RMSEA)で判定し、順序尺度の推定法である重み付け最小二乗法の拡張法(Weighted Least Square Mean and Variance adjusted:WLSMV)^{18,19)}によりパラメーターの推定を行なった。一般的にCFIは0.90以上、RMSEAは0.1を超えていなければデータに対するモデルの当てはまりが良いと判断される¹⁸⁾。分析モデルにおける標準化推定値(パス係数)の有意性は、非標準化推定値を標準誤差で除した値の絶対値が1.96以上(5%有意水準)を示したものを統計学的に有意とした。以上の統計解析には、Mplus 7.2を使用した。

本研究では、1044人の高校生より回答を得た。ただし、統計解析にはこれらのデータのうち分析に必要なすべての調査項目に欠損値を有さない928人分のデータを使用した(有効回答率88.9%)。

2.6 倫理的配慮

本調査は、調査協力高校の教職員の承認を得たうえで実施した。また調査対象には研究目的、内容、手順、利益、不利益、匿名性について質問紙に明記し、実施時には口頭で説明したうえでアンケートへの協力を求め、結果公表に際しての匿名性を保証した。また、研究に協力しない場合でも不利益が生じないこと、回収したデータは統計学的に処理し研究目的以外に使用しないこと、調査時の心理的負担を感じた際の配慮、調査票の提出をもって研究参加の同意が得られたと判断する旨についても口頭および書面で説明した。

なお、本研究計画は、岡山県立大学倫理委員会の承認を得て実施した(受付番号:527)。

表1 各尺度における項目の回答分布

教師サポート尺度における項目の回答分布 n=928 単位:人(%)

項目	回答カテゴリ			
	あてはまらない	ややあてはまる	かなりあてはまる	非常によくあてはまる
情緒的サポート				
あなたに期待してくれる	99 (10.7)	508 (54.7)	224 (24.1)	97 (10.5)
あなたが元気がないとき励ましてくれる	137 (14.8)	460 (49.6)	234 (25.2)	97 (10.5)
あなたの行動や考えを支持してくれる	73 (7.9)	409 (44.1)	323 (34.8)	123 (13.3)
あなたの話を親身になって聞いてくれる	81 (8.7)	366 (39.4)	335 (36.1)	146 (15.7)
道具的サポート				
あなたに必要な知識を与えてくれる	40 (4.3)	252 (27.2)	383 (41.3)	253 (27.3)
あなたが困ったとき解決策を示してくれる	69 (7.4)	379 (40.8)	326 (35.1)	154 (16.6)
あなたが処理すべき事柄を整理して提示してくれる	89 (9.6)	423 (45.6)	279 (30.1)	137 (14.8)
あなたが困ったとき手伝ってくれる	77 (8.3)	388 (41.8)	309 (33.3)	154 (16.6)

対人ストレス尺度における項目の回答分布 n=928 単位:人(%)

項目	回答カテゴリ			
	ストレスを感じなかった	ストレスをやや感じた	ストレスをかなり感じた	ストレスをとても感じた
自己中心的な態度をとられた	696 (75.0)	131 (14.1)	61 (6.6)	40 (4.3)
裏切られた	904 (97.4)	8 (0.9)	9 (1.0)	7 (0.8)
侮辱された	872 (94.0)	30 (3.2)	15 (1.6)	11 (1.2)
嫌がらせをうけた	895 (96.4)	17 (1.8)	5 (0.5)	11 (1.2)
行動している途中で妨害された	870 (93.8)	28 (3.0)	15 (1.6)	15 (1.6)
理不尽な扱いをうけた	840 (90.5)	31 (3.3)	30 (3.2)	27 (2.9)
しつこく干渉された	881 (94.9)	27 (2.9)	10 (1.1)	10 (1.1)
強制された	893 (96.2)	15 (1.6)	10 (1.1)	10 (1.1)
疎外された	903 (97.3)	12 (1.3)	8 (0.9)	5 (0.5)
期待通りに動いてもらえなかった	807 (87.0)	83 (8.9)	25 (2.7)	13 (1.4)

高校生アンガークーピング特性評価尺度における項目の回答分布 n=928 単位:人(%)

項目	回答カテゴリ				
	しない	滅多にしない	時々する	かなりする	よくする
援護要請					
人に助けを求める	183 (19.7)	227 (24.5)	367 (39.5)	94 (10.1)	57 (6.1)
似た経験を持つ人に相談する	198 (21.3)	209 (22.5)	318 (34.3)	130 (14.0)	73 (7.9)
家族や友人など気持ちを分かち合える人に話す	107 (11.5)	127 (13.7)	268 (28.9)	208 (22.4)	218 (23.5)
自分の置かれた状況を人に話す	118 (12.7)	158 (17.0)	321 (34.6)	204 (22.0)	127 (13.7)
状況分析					
置かれた状況を客観的にみる	97 (10.5)	163 (17.6)	353 (38.0)	198 (21.3)	117 (12.6)
わき起こっている怒りの意味を考える	111 (12.0)	189 (20.4)	296 (31.9)	221 (23.8)	111 (12.0)
今自分のできる解決策を考える	62 (6.7)	107 (11.5)	312 (33.6)	275 (29.6)	172 (18.5)
他の似たような状況について考えてみる	226 (24.4)	306 (33.0)	224 (24.1)	109 (11.7)	63 (6.8)
逃避					
自分の感情を表に出さないようにする	65 (7.0)	127 (13.7)	317 (34.2)	243 (26.2)	176 (19.0)
別のことを考えて怒りを鎮める	125 (13.5)	191 (20.6)	310 (33.4)	188 (20.3)	114 (12.3)
自分の中から怒りの対象を消す	196 (21.1)	287 (30.9)	280 (30.2)	100 (10.8)	65 (7.0)
この状況を我慢する	93 (10.0)	125 (13.5)	311 (33.5)	262 (28.2)	137 (14.8)
暴力					
相手に暴力をふるう	754 (81.3)	134 (14.4)	31 (3.3)	5 (0.5)	4 (0.4)
他者や公共のものを壊す	809 (87.2)	87 (9.4)	26 (2.8)	3 (0.3)	3 (0.3)
自分のからだや壁をなぐる	713 (76.8)	123 (13.3)	62 (6.7)	15 (1.6)	15 (1.6)
自分の皮膚をシャーペンなどがったもので刺す	798 (86.0)	79 (8.5)	32 (3.4)	9 (1.0)	10 (1.1)

日本語版精神健康状態簡易版における項目の回答分布 n=928 単位:人(%)

項目	回答カテゴリ			
	全くなかった	そういう時は少なかった	そういう時は多かった	いつもそうだった
明るく楽しい気分で過ごした	36 (3.9)	183 (19.7)	480 (51.7)	229 (24.7)
落ち着いたリラックスした気分で過ごした	46 (5.0)	297 (32.0)	423 (45.6)	162 (17.5)
意欲的で活動的に過ごした	38 (4.1)	192 (20.7)	471 (50.8)	227 (24.5)
ぐっすりと休め、気持ちよくなった	120 (12.9)	419 (45.2)	271 (29.2)	118 (12.7)
日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった	48 (5.2)	270 (29.1)	398 (42.9)	212 (22.8)

3. 結果

3.1 回答者の属性分布・各尺度の項目の回答分布および記述統計量

性別の内訳は、男性373名(40.2%)、女性555名(59.8%)であった。

年齢の内訳は、15歳300名(32.3%)、16歳315名(33.9%)、17歳289名(31.1%)、18歳24名(2.6%)であった。

本研究で使用した4つの尺度における、各項目の回答分布は表1に示した。

各尺度の記述統計量については、各尺度の合計点の中央値(最大値・最小値)を以下に記載した。教師サポート尺度における情緒的サポートは11(16・4)点で、道具的サポートは10(16・4)点であった。対人ストレス尺度は10(34・10)点であった。高校生アンダーコピーング特性評価尺度における援護要請は8(16・0)点で、状況分析は8(16・0)点で、逃避は8(16・0)点で、暴力は0(16・0)点であった。日本語版精神健康状態表簡易版(S-WHO-5-J)は9(15・0)点であった。

3.2 精神的健康に対する教師サポートと対人ストレスおよび怒りへの対処行動の関連と信頼性の検討

構造方程式モデリングにて仮定した因果関係モデルのデータへの適合度を確認したところ、CFI=0.968, RMSEA=0.045(図1)であり、統計学的許容水準を満たしていた。また、因子に所属する項目で構成される尺度の信頼性を、 ω 信頼性係数を用いて検討した。その結果、教師サポート尺度における情緒的サポートは0.907、道具的サポートは0.903であった。対人ストレス尺度は0.754であった。高校生アンダーコピーング特性評価尺度における援護要請は0.855、状況分析は0.799、逃避は0.640、暴力は0.751であった。日本語版精神健康状態表簡易版(S-WHO-5-J)は0.852であった。一因子について信頼性係数がやや低かったものの、項目数も少ないことから、概ね容認できる範囲であると判断した。

次に、各変数間の関連性に着目すると、教師による道具的サポートは対人ストレス認知に対して統計学的に有意な負の関連性を示し、情緒的サポートは有意な関連性を示さなかった。また、対人ストレス認知は怒りに対する対処行動である援護要請・状況分析に対して統計学的に有意な負の関連性を、暴力に対し有意な正の関連性を示し、逃避には有意な関連性を示さなかった。精神的健康に対しては対人ストレス認知が統計学的に有意な負の関連性を、状況分析が有意な正の関連性を示し、援護要請、逃避、暴力は有意な関連性を示さなかった。

また、性別は教師による情緒的サポート・道具的サポートに対して統計学的に有意な負の関連性を、援護要請に対しては統計学的に有意な正の関連性を、暴力に対しては負の関連性を示した。年齢は教師による道具的サポートに対して統計学的に有意な負の関連性を示した。なお、本分析モデルにおける精神的健康に対する寄与率は19.5%であった。

4. 考察

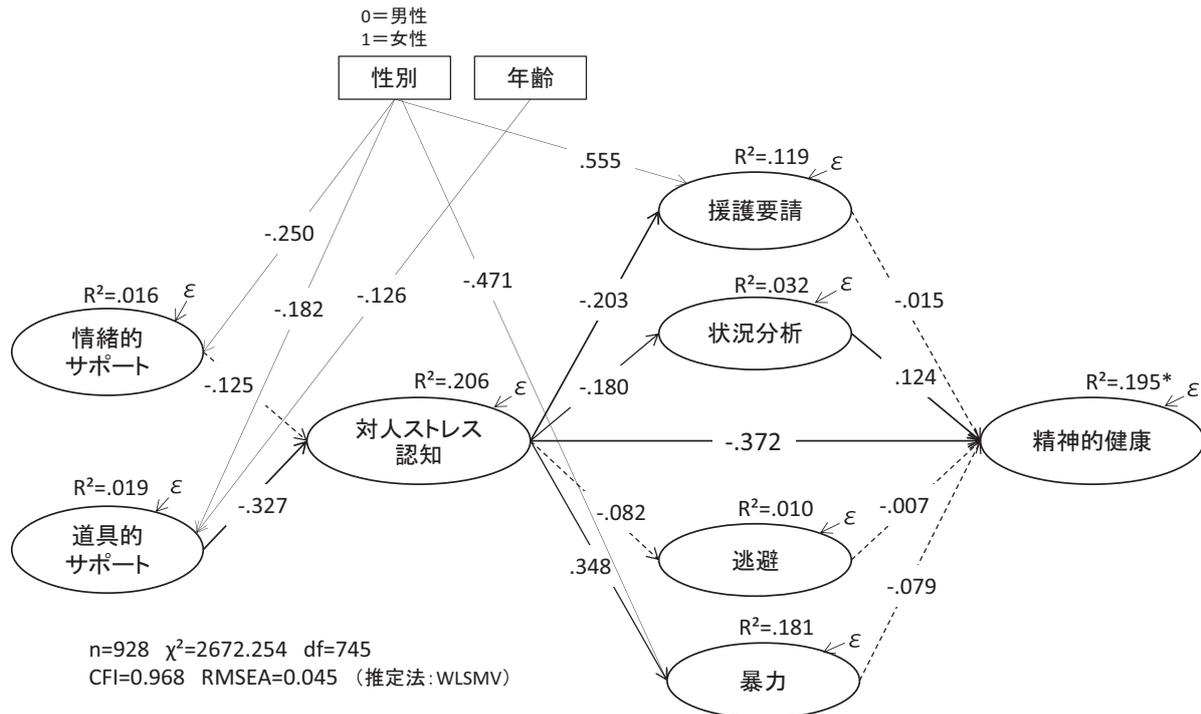
本研究は、高校生の精神的健康の向上に資する支援方法の開発に対する知見を得ることをねらいとして、高校生の精神的健康に対する教師サポートと対人ストレスおよび怒りへの対処行動との関連を明らかにした。

教師によるソーシャルサポートのうち、具体的で実際の支援である道具的サポートを提供することは、対人ストレス認知を軽減し、精神的健康を高める可能性が示唆された。同時に対人ストレス認知が高まると、怒りに対する援護要請行動や状況分析行動は減少し、暴力行動は高まる可能性が示唆された。また、状況分析行動は精神的健康を高めることが示唆されたものの、対処行動からのパス係数を鑑みると、強い対人ストレス認知に対しては対処行動による緩衝作用が乏しいことが推察される。

ソーシャルサポートにおけるストレスに関する研究では、ソーシャルサポートは高いストレスには緩衝効果がないことが報告されている⁵⁾。一方で、高校生の学級における満足感と学級生活意欲との関連要因の検討において、ストレスが高まると考えられる不満足群ではソーシャルサポートのうち道具的サポートのみが学級生活意欲に関係している²⁰⁾ことが示されている。また、社会的規範の特徴によって提供されるサポートの種類とその効果に違いが現れることが明らかとなっており²¹⁾、高校生が教師に求めるサポートは特にストレス認知に影響すると考えられる。以上のことから、怒りを喚起させるような強いストレス認知に対しても、教師による道具的サポートは有効であったと推察される。

湯川²²⁾は、ストレスフルな経験に対し、サポートが得られず万策尽きると攻撃行動を選択するのではないかと指摘している。このことから、今後高校生の精神的健康の向上に向けて、教師によるサポート内容を考慮した支援を展開することが求められる。

本研究において、高校生の心理的ストレスを取り巻く諸変数を包括的に検討したことは意義のあることであると言え、高校生の精神的健康の向上に資する支援方法の開発に対して一定の示唆を与えると考えられる。今後は、普通科のみならず専門学科や定時制



※図の煩雑化を避けるために内生的な潜在変数によって観測される観測変数を省略した。また、潜在変数間、統制変数間および誤差変数間の相関、統制変数からの非有意のパスは省略した。また、潜在変数からの非有意なパスは点線で示した。

図1 精神的健康に対する教師サポートと対人ストレス認知および怒りへの対処行動の関連

課程に広げるとともに性差による検討等、関連研究による知見の蓄積が望まれる。

教員の皆様、生徒の皆様様に深謝いたします。なお、本研究は平成28年度科学研究助成事業研究活動スタート支援(16H07136)の助成を受けて行われた研究の一部です。

謝 辞

本研究の実施にあたり、ご協力いただきました高校

文 献

- 1) Erikson EH : *Identity and the life cycle*. W. W. Norton & Company, New York, 1959.
- 2) Kandell DB and Davies M : Epidemiology of depressive mood in adolescents. *Archives of General Psychiatry*, **39** (10), 1205-1211, 1982.
- 3) 川上憲人, 原谷隆史, 金子哲也, 小泉明 : 企業従業員における健康習慣と抑うつ症状の関連性. *産業医学*, **29**(1), 55-63, 1987.
- 4) Dryfoos JG : Adolescents at risk: Shaping programs to fit the need. *Journal of Negro Education*, **65**(1), 5-18, 1996.
- 5) 谷口弘一, 福岡欣治 編著 : 対人関係と適応の心理学—ストレス対処の理論と実践—. 北大路書房, 京都, 2006.
- 6) 渡辺弥生, 原田恵理子 : 高校生における小集団でのソーシャルスキルトレーニングがソーシャルスキルおよび自尊心に及ぼす影響. *法政大学文学部紀要*, **55**, 59-72, 2007.
- 7) Lazarus RS and Folkman S : *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company, New York, 1984.
- 8) 石田実知子, 井村亘, 渡邊真紀 : 高校生の精神的健康に対する学生生活関連ストレスと対処行動との関連. *学校保健研究*, **59**(3), 164-171, 2017.
- 9) 橋本剛 : ストレスと対人関係. ナカニシヤ出版, 京都, 2005.
- 10) 洪倉崇行, 小泉昌幸 : 高校生における心理的ストレス反応の構成因子と運動部活動所属差. *新潟工科大学紀要*, **5**, 97-105, 2000.
- 11) 橋元慶男 : 高校生・大学生のストレスに関する一考察. *愛知産業大学短期大学紀要*, **15**, 107-121, 2002.
- 12) 井村亘, 渡邊真紀, 石田実知子 : 高校生の自傷行為に対する教師サポートと対人ストレスの関連. *学校保健研究*,

- 59(5), 2017. (印刷中)
- 13) 石田実知子：高校生における怒りに起因する自傷と他害および援護要請の関連. *インターナショナル Nursing Care Research*, 14(1), 11-20, 2015.
 - 14) 谷口弘一, 浦光博: 児童・生徒のサポートの互恵性と精神的健康との関連に関する縦断的研究. *心理学研究*, 74(1), 51-56, 2003
 - 15) 石田実知子：高校生の精神的健康に対する対人ストレスと対処行動の関連. 第35回日本看護科学学会学術集会, 641, 2015.
 - 16) Ishida M, Dei R, Kunikata H, Imura W, Watanabe M and Nakajima K : Development of the Anger Coping Behaviors Style Scale for high school students. *Kawasaki Journal of Medical Welfare*, 23(1), 1-9, 2017.
 - 17) 稲垣宏樹, 井藤佳恵, 佐久間尚子, 杉山美香, 岡村毅, 粟田主一: WHO-5精神健康状態表簡易版 (S-WHO-5-J) の作成およびその信頼性・妥当性の検討. *日本公衆衛生雑誌*, 60(5), 294-301, 2013.
 - 18) 小塩真司: はじめての共分散構造分析—Amos によるパス解析—. 東京図書, 東京, 2008.
 - 19) 豊田秀樹: 共分散構造分析—疑問編—. 朝倉書店, 東京, 2011.
 - 20) 森田裕子: 高校生の学級満足感と学級生活意欲に関する検討. *帝京短期大学紀要*, 18, 47-53, 2014.
 - 21) シェルドン・コーエン, リン G. アンダーウッド, ベンジャミン H. ゴットリーブ 編著, 小杉正太郎, 島津美由紀, 大塚泰正, 鈴木綾子 監訳: ソーシャルサポートの測定と介入. 川島書店, 東京, 2005.
 - 22) 湯川進太郎: 攻撃と援助. 唐沢かおり編, *社会心理学*, 朝倉書店, 東京, 111-122, 2005.

(平成29年12月20日受理)

The Correlations between Teachers' Support, Interpersonal Stress and Anger Coping Behaviors on Mental Health for High School Students

Maki WATANABE, Michiko ISHIDA, Wataru IMURA and Yasuhiro KOIKE

(Accepted Dec. 20, 2017)

Key words : high school students, mental health, teachers' support, anger coping behaviors, structural equation modeling

Correspondence to : Maki WATANABE

Department of Occupational Therapy

Tamano Institute of Health and Human Services

Chikkou, Tamano City, Okayama, 706-0002, Japan

E-mail : maki5421s@gmail.com

(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.27, No.2, 2018 441 – 447)

