高校入学時におけるストレッサーと その後の学校不適応との関連

長原啓三
（広島県立庄原実業高等学校）

問題と目的

日本の小・中学校における不登校の児童生徒数は2001年度にピークに達し，現在に至っても，小・中学生全体に占める不登校児童生徒の割合は横ばい状態にある（文部科学省，2006）。こうした中で文部科学省は，2004年度データ（文部科学省，2005）から新たに高等学校における不登校についても取り上げるようになった。高等学校における不登校生徒は高等学校在籍者全体の１割を超えており，さらに長期欠席生徒の欠席理由の中で最も高い割合を占めているのは不登校であることが明らかにされている（文部科学省，2005 ；文部科学省，2006）。

不登校の直接的な原因としては，学校生活に関するストレッサーとして捉えることができる出来事が多くを占めている（文部科学省，2005；文部科学省，2006；野添・古賀，1990）。したがって，不登校への対応は，主に学校生活に関するストレッサーに着目する必要があると考えられる。この学校生活におけるストレッサーの中でも，特に学校不適応につながるストレッサーとして，新入学時のストレッサーが先行研究において取り上げられている（例えば，Elias, Gara & Ubriaco, 1985；古川・小泉・浅川，1992 ；永作・新井，2005 ；新潟県教育委員会，2005 ；野添・古賀，1990 ；宮ノ腰・橘，2002）。新潟県教育委員会は，中学校入学後にいじめや不登校が急増するという現象を「中１ギャップ」と名付けた。そして，友人関係の変化，クラブ活動での厳しい練習や上級生との関係，難しくなる学習等の変化に対して中学１年生がストレスを感じていることが，その要因であるとしている（新潟県教育委員会，2005）。そこで，小学校から中学校への移行時と同様に高校入学時においても，その環境の移行に対してストレスが高まると考えられる。

中学校から高等学校への移行においては，小学校から中学校への移行とは異なる特有の問題に留意する必要がある。例えば，古川・小泉・浅川(1992) によると，高等学校は複数の地区の中学校から選抜された生徒が集まることから，中学校では学業面やスポーツなどで人並み以上の能力を示して十分適応的にやってきた生徒も，自分の能力に疑問を抱いたり，劣等感をもち不適応になったりする可能性は大きいとされる。また，学業面での競争も，中学校時代よりさらに厳しくなる傾向があり，加えてこの時代の学業成績は大学入学や就職など自分の将来を決定する進路に直接関係してくるといった指摘もある（古川・小泉・浅川，1992）。高等学校における，学年ごとの全生徒に対する不登校生徒数の割合を比較すると，どの課程・学科においても１年生が最も高い割合を示している（文部科学省，2005 ；文部科学省，2006）。そこで本研究においては，中学校から高等学校への移行期に高校新入生が経験するストレッサーが，後の学校不適応や不登校を誘発するという現象

を，「高１ギャップ」とする。

こうした「高１ギャップ」における学校不適応や不登校への対策として，入学当初に担任が新入生一人ひとりと個人面談を行って実態を丁寧に把握していくことが必要であるが，それは時間的にも物理的にも困難である。また，仮に生徒個々の実態把握ができたとしても，入学当初のどのような困惑が問題となって学校不適応や不登校へつながっていくかという予測をある程度立てることができなければ，問題の解決にはつながらない。そこで，中学校から高等学校への移行期にあたる高校入学当初に新入生が経験するストレッサーについて把握し，そこから，その後の学校不適応や不登校を予測することができるような基礎データを収集することは意義があると考える。

これまで，学校環境において受けるストレッサー（学校ストレッサー）とストレス反応との関連性について検討した研究は多く見られる（例えば，岡安・嶋田・丹羽・森・矢冨，1992；宮ノ腰・橘，2002）。しかし，教育システムや評価の変化，対人関係の変化などといった，中学校から高等学校への移行期における高校新入生特有のストレッサーを見出した先行研究，および高校入学直後と数ヶ月後の学校不適応との関連性について検討した先行研究は見られない。

そこで本研究では，高校新入生がどのようなことにどの程度困難を感じているのかを把握するための尺度を作成することを第１の目的とした。そして，入学後の高校１年生が経験する困ったことが，数ヶ月後のストレス反応や学校生活享受感にどのような影響を及ぼすかを検討することを第２の目的とした。

方法

まず予備調査として７月に，Ａ県の県立高校の１年生および同校の教職員に対し，入学当初に高校１年生がどのようなことに困難を感じているのかについて自由記述を求め，尺度作成のための項目収集を行った。こうして得られた項目について，心理学を専攻する大学院生と現職教員によってＫＪ法を用いて分類を行った結果，38 項目を抽出し，「新入生困ったこと尺度」の原尺度とした。

本調査において９月に，この「新入生困ったこと尺度」の信頼性と妥当性を確認するため，同校の１年生に調査を実施した。入学当初を想起させ，「新入生困ったこと尺度」の各項目について，どの程度感じていたかの回答を求めた。因子分析の結果，「学業についての困惑」「クラスでの対人関係についての困惑」「高校に対する失望感」「恐怖・緊張感」の４因子が抽出された。この４因子について，Cronbach の α 係数を算出したところ，十分な信頼性係数が得られた。

同時に，９月時点でのストレス反応，学校生活享受感，および「新入生困ったこと尺度」を測定した。また，７月から９月へのストレス反応の変化を評価するため，予備調査の時点でストレス反応を測定した。以上のデータについて統計的な分析を行い，中学校から高等学校への移行期において生じる高校新入生のストレッサーが，その後のストレス反応とその変化および学校生活享受感にどのような影響を及ぼすかについて検討した。

結果と考察

本研究において抽出された４因子のうち，「学業についての困惑」「クラスでの対人関係につい

ての困惑」「恐怖・緊張感」の３因子については，先行研究（例えば，岡安・嶋田・丹羽・森・矢冨，1992）においても見られていた。しかし「高校に対する失望感」については，先行研究には見られない因子であり，本研究独自の因子となった。「高校に対する失望感」は，中学校から高等学校への移行期に見られる，自分の思う学校像と実際の高等学校との間のギャップを示していると考えられる。さらに，分析の結果，これら「新入生困ったこと尺度」４因子とストレス反応や学校生活享受感との関連性が示されたが，特に「高校に対する失望感」については，４因子の中で最も学校生活享受感やストレス反応と強い関連性が見出され，学校不適応感と強く関連していることが示唆された。

「新入生困ったこと尺度」の各因子の４月から９月にかけての得点の変化を見ると，有意な減少が見られた。特に「クラスでの対人関係についての困惑」と「恐怖・緊張感」については顕著な減少が見られた。新入生が経験するストレッサーの中でも，時間の経過と共に減少しやすいものと，減少しにくいものがあることが分かる。また，「新入生困ったこと尺度」の４月から９月への変化量は，ストレス反応には影響を与えないが，学校生活享受感に対しては負の影響を与えており，特に「高校に対する失望感」が減るほど学校生活享受感が高くなることが示されている。

さらに，４月の時点での「新入生困ったこと尺度」の各因子の得点によって高群と低群に分け，その後の７月・９月のストレス反応の変化についての分析を行った。その結果，「学業についての困難」と「高校に対する失望感」の低群について，ストレス反応の「無気力」が７月よりも９月において低減することが見出された。つまり，４月において「学業についての困難」あるいは「高校に対する失望感」が高い生徒は，そうでない生徒と比較して，９月になっても「無気力」が維持される傾向にあることが示唆された。

本研究の結果をふまえて，学校現場における今後の取り組みのあり方を以下に考察する。まず，本研究において作成した「新入生困ったこと尺度」の年度当初における継続的な実施である。本尺度を実施することによって，入学時にどの生徒がどのような困難をどの程度感じているかという実態が把握できる。さらに，本研究で得られた結果から，生徒が経験しているストレッサーの内容により，その後の学校適応についても，おおよその予測をすることができる。これによって，担任が各生徒に合った対応をとることができ，早期における不登校への予防的対応が期待できる。

そして，高校に対して失望感を感じている生徒への対応が必要とされる。本研究の中でも，「高校に対する失望感」は学校不適応と強い関連を持つ。このような「高校に対する失望感」を高く示す生徒は，高校入学の目的が曖昧であったり高校生活への動機づけが低かったりする状態で入学してきたと考えられる。そこで，中学校においては，生徒が進学する高等学校についての十分な理解と高校進学への動機づけを高めるための進路指導の充実が必要とされる。また，「高校に対する失望感」が減少することで学校生活享受感が高まるという本研究の結果からも，高等学校においても「高校に対する失望感」を減少させる取り組みが必要であるといえよう。具体的な例をあげると，入学した４月の時点で，高校入学から卒業，進学・就職までの見通しを持てるようなガイダンスのさらなる充実が重要だと考えられる。

また，クラスにおける人間関係や仲間関係の年間を通じての把握も必要である。「クラスでの対

人関係についての困惑」については，本調査では全体として４月から９月にかけて減少する結果になった。しかし，文部科学省（2005 ; 2006）によると，「友人関係をめぐる問題」が高校生の不登校の直接的きっかけのトップとなっている。この点については，本研究で扱った「クラスでの対人関係についての困惑」は，入学時点でのストレッサーを測定しているものであり，後の学校生活で経験していく対人関係上のストレッサーとは異なる可能性がある。例えば，入学当初の対人関係上のストレッサーとしては「友達が出来るか心配」といったものがあげられるが，入学以降の学校生活ではむしろ「仲良しグループから仲間はずれにならないか心配」といったものになると考えられる。このような後者のクラス内の人間関係や仲間関係の変動については，クラス担任をはじめ，生徒に関わる各教職員が，年間を通じて常に観察し，注意を払っておく必要がある。

さらに，学習指導の充実である。学業について中学校に比べて内容的にも量的にも厳しくなる高等学校においては，「学業についての困惑」に対する取り組みは必須である。本研究によると，「学業についての困惑」は４月から９月にかけて大きな減少が見られず，持続される傾向がある。生徒が理解しやすくかつ興味を高める授業への工夫と共に，それを促進する教材の創造，学力不振の生徒に対する個別指導も必要となるであろう。

引用文献

Elias, M.J., Gara, M., & Ubriaco, M. (1985). Sources of stress and support in children's transition to middle school: An empirical analysis. *Journal of Clinical Child Psychology*, **14**, 112-118.

宮ノ腰浩司・橘良治（2002）．高校入学１ヵ月後におけるストレスの様相　岐阜大学教育学部研究報告　人文科学，**51**(1)，211-220.

文部科学省（2005）．「平成 16 年度生徒指導上の諸問題の現状について」 報道発表 2005 年９月 <http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/17/09/05092704.htm>（2005 年９月 22 日）

文部科学省（2006）．「平成 17 年度生徒指導上の諸問題の現状について」 報道発表 2006 年９月 <http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/18/09/06091103.htm>（2006 年９月 13 日）

永作稔・新井邦二郎（2005）．自律的高校進学動機と学校適応・不適応に関する短期縦断的検討　教育心理学研究，**53**，516-528.

新潟県教育委員会（2005）．「中１ギャップ解消調査研究事業報告書」　心の教育・生徒指導 http://www.pref.niigata.jp/kyoiku/gimukyoiku/gimukyo/chousa/chuichi-gap.pdf（2005 年３月）

野添新一・古賀靖之（1990）．登校拒否・不登校の原因をさぐる　坂野雄二（編）　登校拒否・不登校　同朋舎　pp.54-72.

岡安孝弘・嶋田洋徳・丹羽洋子・森俊夫・矢冨直美（1992）．中学生の学校ストレッサーの評価とストレス反応との関係　心理学研究，**63**(5)，310-318.

古川雅文・小泉令三・浅川潔司(1992)．小・中・高等学校を通した移行　山本多喜司・S.ワップナー(編)　人生移行の発達心理学　北大路書房　pp.152-178.