

児童のストレスに関する考察

－ 児童と教員に対する意識調査からの検討 －

渡邊 一博¹⁾ 高橋 裕子²⁾

1) 清須市役所 2) 愛知教育大学保健体育講座

A Survey of “Unsettlement” and Stress in Elementary School

Kazuhiro WATANABE¹⁾, Yuko TAKAHASHI²⁾

1) Municipal officer of Kiyosu City

2) Aichi University of Education, Department of Health and Physical Education

1. はじめに

1998年に放映されたNHKスペシャル「学校・荒れるところにどう向き合うか」¹⁾で一般的に知られるようになった「学級崩壊」。学校における「新しい荒れ」という現象は従来の荒れと比べて、次の点が変化していると村山²⁾は述べている。一つ目に、集団的・組織的なものから個人的なものへとなったこと、二つ目に目的がはっきりした反抗的なものから遊び的・欲望発散的なものへとなったこと、三つ目に因果関係の見えるものから無差別・衝動的な暴発へとなったことの三点である。一方、尾木³⁾は「学級崩壊」について、その質により小学校低学年と高学年に分け、特に低学年について「幼児期からの新しい『津波』が小学校という岸壁にぶつかって、大波しぶきを上げている現象」が「学級崩壊」であるとし、小学校に限定されると述べている。この「荒れ」や問題行動の

原因や背景に関する精神医学や教育の立場の諸氏の論述を整理してみると、大きく分けて、その子どもの持つさまざまな発達障害の指摘⁴⁾、学校システムの問題からの見解⁵⁾、および、社会・家庭環境の影響を指摘するもの⁶⁾の三者があった。

以上の「荒れ」もしくは「新しい荒れ」をめぐるとりえの中で、着目したいのは「日常性」である。日常の子どもの学校内外の生活における困難やストレスを、終始、とらえていく必要が感じられる。たとえば、村山の定義上の二つ目に分類されていた遊び的・欲望発散的なもの、かつ、尾木の指摘する小学校低学年に浮上するという崩壊現象は、子どもにとって深刻であるにもかかわらず、教師や親からは見え難いものではないだろうか。

そこで本報では、子どもが感じている困難やストレス、なかでも「イライラ」や「大声を出したい」などの自覚的なストレス状態を把握し、学校内外の学習や生活要素との関連から検討する。加えて、教師のとりえとの違いについて考察する。

表1 児童の回収結果 (人)

	2年		3年		4年			全体	
小学校	男子	女子	男子	女子	男子	女子	有効回答数	配布数	有効回答率 (%)
A校	42	33	30	33	25	44	207	231	89.1
B校	36	23	27	40	35	34	195	225	
C校	30	39	37	42	27	35	210	238	
D校	31	38	39	32	42	30	212	249	
E校	77	70	79	81	85	71	463	501	
合計	216	203	212	228	214	214	1287	1444	

2. 研究の方法

愛知県内のN町とK市の計5小学校(A～E校)において、児童は2年生から4年生1444名、担任教員・養護教諭については協力を得られた42名を対象とし、無記名式質問紙調査を行った。期間は2003年10月22日～11月13日であった。

質問紙内容は、児童と教員で異なる。児童対象用は計14の質問項目からなる。すなわち秦の調査⁷⁾を参考に、ストレスを左右する要因と考えられた学校内外の生活要素、すなわち、「朝食をしっかりと食べる」「もっと友達と遊びたい」「塾や習い事」「授業が楽しい」「給食が楽しい」「掃除が楽しい」「先生のことをもっとよく知りたい」「クラスにあまり一緒に遊ばない子がいる」「親にテストや通知表を見せたい」および「テストで悪い点をとらないか心配」の10項目を選定した。これに、自覚的なストレスを推し量る項目、すなわち「イライラしたりむかついたりすることがある」、「理由なく大声を出したいと思うことがある」、「学校で嫌なことがあって頭やお腹が痛くなる」および「学校へ行くのは楽しい(楽しくない)」の4項目を加えた。4つ目の項目「学校へ行くのは楽しい」については、質問紙では、「楽しい」かどうかを尋ね「いいえ」の回答者を着目することとした。回答はいずれも「はい・いいえ」で求めた。一方、教員用は6項目からなり、教師から見た子どものストレスの有無や原因などを問うもので、記述式による回答を中心とした。

児童対象調査の回収数は1407であったが各質問に対し無回答が一つでもあるものを除いた1287を有効回収数とした(回収率89.1%、表1)。教員対象調査の有効回答者数42のうちわけは、担任教員は38、養護教諭は4であった。

統計処理は「SPSS for Windows ver.10」によりクロス集計及び χ^2 検定を行った。記述式の回答については、結果からカテゴリ分けを行った。

3. 結果

(1) 児童対象の結果

1) 学校の生活に関して

表2は、生活要素を問う10項目の質問中、学校(内)生活に関する質問6項目の結果である。

「はい」と答えた者の人数とその割合を示した。2～4年の学年とクロス集計したところ、「授業が楽しい」「給食が楽しい」「掃除が楽しい」および「先生のことをもっとよく知りたい」の4項目で男女ともに有意な差が見られた。つまり、「授業」「給食」および「掃除」が楽しいと感じる者もの割合は高学年の方が高いが、「先生のことをよく知りたい」と思うかどうかについては低学年の方が高い傾向にあった。また、「クラスで一緒に遊ばない子がいる」については、男子にのみ有意な差が見られ、学年が高い方がクラスで一緒に遊ばない子がいると答える者が多い傾向にあった。

これらのことから、授業や給食や掃除といった学校の活動の中に見いだされる楽しみや、教師への関心は、学年が高くなるとやや薄らいでいくようである。

また、男女とのクロス集計では、「先生のことをもっとよく知りたい」と「テストで悪い点をとらないか心配」かどうかという質問の2項目において、すべての学年で有意な差が見られた。これは、男子に比べ女子の方が「先生のことをもっとよく知りたい」と思ったり、「テストで悪い点をとらないか心配」と思ったりする傾向を示しており、友達以外の他者や評価への関心や心配を抱いていることが窺えた。

他の項目においては、一部有意な差が見られる学年があるものの、全体的に有意な差があると言える項目はなかった。

2) 学校外の生活に関して

表3は、同じく生活要素10項目中残りの4項目で、学校外生活に関する結果である。学年とのクロス集計したところ、全体的に、先の学校生活内の要素ほど、差は見られなかった。ただ、「親にテストを見せたい」の項目については男女ともに有意な差が見られ、2年生に比べ3、4年生の方が「親にテストを見せたい」と思うものが少ない傾向が見られた。また、女子特有であったのは、「もっと友達と遊びたい」であり、2、3年生に比べ4年生にそう思う者が多い傾向が見られ、女子は今以上に友達との交流を求めるが満たされて

表2 学校の生活要素の結果 (はいの回答数)

		2年	3年	4年	合計	学年差
授業が楽しい	男子	141(65.3)	100(47.2)	53 (24.8)	294(45.8)	**
	女子	149(73.4)	126(55.3)	85 (39.7)	360(55.8)	**
給食が楽しい	男子	194(89.8)	176(83.0)	155(72.4)	525(81.8)	**
	女子	167(82.3)	184(80.7)	153(71.5)	504(78.1)	*
掃除が楽しい	男子	118(54.6)	97 (45.8)	79 (36.9)	294(45.8)	**
	女子	125(61.6)	145(63.6)	96 (44.9)	366(56.7)	**
先生のことをもっとよく知りたい	男子	183(84.7)	166(78.3)	140(65.4)	489(76.2)	**
	女子	197(97.0)	197(86.4)	178(83.2)	572(88.7)	**
クラスにあまり一緒に遊ばない子がいる	男子	110(50.9)	124(58.5)	138(64.5)	372(57.9)	*
	女子	123(60.6)	150(65.8)	152(71.0)	425(65.9)	n.s.
テストで悪い点をとらないか心配	男子	141(65.3)	148(69.8)	136(63.6)	425(66.2)	n.s.
	女子	160(78.8)	188(82.5)	170(79.4)	518(80.3)	n.s.

**p<0.01 *p<0.05

表3 学校外の生活要素の結果 (はいの回答数)

		2年	3年	4年	合計	学年差
朝食をしっかり食べる	男子	192(88.9)	192(90.6)	190(88.8)	574(89.4)	n.s.
	女子	193(95.1)	211(92.5)	202(94.4)	606(94.0)	n.s.
もっと友達と遊びたい	男子	192(88.9)	183(86.3)	199(93.0)	574(89.4)	n.s.
	女子	170(83.7)	181(79.4)	189(88.3)	540(83.7)	*
塾や習い事が楽しい	男子	123(56.9)	121(57.1)	142(66.4)	386(60.1)	n.s.
	女子	159(78.3)	162(71.1)	153(71.5)	474(73.5)	n.s.
親にテストや通知表を見せたい	男子	177(81.9)	152(71.7)	152(71.0)	481(74.9)	*
	女子	176(86.9)	172(75.4)	159(74.3)	507(78.6)	**

**p<0.01 *p<0.05

表4 ストレス状態に関する結果 (はいの回答数)

		2年	3年	4年	合計	学年差
イライラしたりむかついたりすることがある	男子	135(62.5)	156(73.6)	165(77.1)	456(71.0)	**
	女子	110(54.2)	160(70.2)	173(80.8)	443(68.7)	**
理由なく大声を出したいと思うことがある	男子	91 (42.1)	82 (38.7)	92 (43.0)	265(41.3)	n.s.
	女子	50 (24.6)	79 (34.6)	92 (43.0)	221(34.3)	**
学校で嫌なことがあって頭やお腹が痛くなる	男子	79 (36.6)	69 (32.5)	52 (24.3)	200(31.2)	*
	女子	82 (40.4)	67 (29.4)	68 (31.8)	217(33.6)	*
学校へ行くのは楽しい	男子	173(80.1)	146(68.9)	160(74.8)	479(74.6)	*
	女子	179(88.2)	178(78.1)	176(82.2)	533(82.6)	*

**p<0.01 *p<0.05

いないことが窺えた。

3) ストレスに関して

表4は、ストレス状態に関する4項目の結果である。「はい」と答えたものを示した。学年とのクロス集計によれば、「イライラしたりむかついたりすることがある」「学校で嫌なことがあって頭やお腹が痛くなる」および「学校へ行くのは楽しい(楽しくない)」の3項目で男女とも有意な差が見られ、学年が高い方がそのようなストレスを感じている者が多い傾向が見られた。一方、「学校で嫌なことがあって頭やお腹が痛くなる」と感じる者は低学年の方が多い傾向にあり、身体症状については低学年の方が不調を来たしやすいようである。女子のみ学年差があったのは、「理由なく大声を出したいと思うことがある」であり高学年の方が多かった。

(2) 学校生活とストレス

次に、学校生活に関する質問項目のうち学校の活動の「授業」「給食」および「掃除」の3項目を選び、それらが楽しいかどうかと、ストレス状態の「イライラする」「大声を出したい」「頭痛腹痛がする」および「学校が楽しい(楽しくない)」の4項目との間でクロス集計を行った。便宜上、「授業が楽しいか」について「はい」と回答した者を「授業が楽しい」群、「いいえ」と回答した者を「授業が楽しくない」群とした。結果は表5にまとめた。

「授業が楽しいか」どうかと4項目のストレス

状態とのクロス集計では、「イライラ」「大声を出したい」「学校が楽しくない」の3項目において、「授業が楽しくない」群における回答率が有意に高かった。

同様に「給食」については、「学校が楽しくない」において、「給食が楽しくない」群の割合が有意に高かった。

「掃除」については、「イライラ」「頭痛腹痛」「学校が楽しくない」の項目において、「掃除が楽しくない」群の割合が有意に高かった。

(3) 教員対象の結果

教員に対し、「子ども達を見てストレスやプレッシャーを受けていると思うか」という質問を行ったところ、「はい」と答えるものが、担任教員では78.9%、養護教諭では100.0%あり、多くの教員が、子ども達はストレスを受けていると考えていた。

表6は、教員に対し「子ども達にとってストレスとなっているものは何だと思うか」という質問を行った結果である。この質問に対する回答は、いくつか用意しておいたものを複数回答により回答を求めた。結果は「親からの期待」と答えるものが最も多く、73.8%であった。以下、「塾・習いごと通い」64.2%、「友だちとの関係」50.0%と続いた。

表7は、「教師から見た子ども達がストレスを記述式で回答してもらったものの結果である。「授業・先生関係」「友人関係」「家庭関係」と

表5 学校生活とストレスの関係 (%)

	イライラ		大声を		頭痛腹痛が		学校が	
	する	しない	出したい	出たくない	する	しない	楽しい	楽しくない
授業が楽しい	60.6	39.4	31.0	69.0	32.9	67.1	92.7	7.3
授業が楽しくない	79.5	20.5	44.7	55.3	31.9	68.1	64.1	35.9
	**		**		n. s.		**	
給食が楽しい	68.7	31.3	37.6	62.4	33.2	66.8	82.2	17.8
給食が楽しくない	74.4	25.6	38.4	61.6	29.1	70.9	64.3	35.7
	n. s.		n. s.		n. s.		**	
掃除が楽しい	66.1	33.9	38.3	61.7	35.5	64.5	87.3	12.7
掃除が楽しくない	73.8	26.2	37.2	62.8	29.2	70.8	69.5	30.5
	**		n. s.		*		**	

*:p<0.05, **:p<0.01

表6 子ども達にとってストレスとなっているもの(複数回答)

項目	% (人)
① 親からの期待	73.8 (31)
② 塾・習い事通い	64.2 (27)
③ 友だちとの関係	50.0 (21)
④ 学校での授業、宿題	42.8 (18)
⑤ 給食	26.1 (11)
⑥ 部活動・クラブ	11.9 (5)
⑦ 掃除	9.5 (4)
⑧ 始業時間の早さ、帰宅時間の遅さ	4.7 (2)
⑨ 校則	2.3 (1)
その他	9.5 (4)

いうキーワードを用意し、それぞれのカテゴリに当てはまるよう分類した。「友だちとのコミュニケーションにおいて」と答えるものが最も多く、次いで「過剰な塾・習い事通い」を答えるものが多かった。

「子ども達を見て気づいたこと」の質問の結果は、回答の自由記述を整理し表8に示した。

4. 考 察

(1) 子どもの感じるストレスと教師のとらえるストレス

児童対象アンケートの結果から、ストレス状態に関する質問において「イライラしたりむかついたりすることがある」と感じている児童は約7割、「理由なく大声を出したい」と感じている児童は約3割強、「学校で嫌なことがあって頭やお腹が痛くなる」と感じている児童は約3割弱いた。これは、ストレスにさらされている子ども達の数が少ないことを現している。

また、学年が高い方が「イライラ」や「大声」「腹痛頭痛」「学校が楽しくない」と感じる者の割合が高い傾向にあったが(表5)、このことは、2年から4年生という発達段階の特徴とともに、学年が高くなるほど、学校生活が単に楽しい場所ではない要素が増えることを物語っていると考えられた。

また、学校生活の要素とストレス状態とのクロ

スでは、特に、「授業が楽しくない」群において、「イライラ」「大声」「学校が楽しくない」のストレス状態が有意に高かったことは、やはり学校生活では「授業」が重要なウエイトをしめており、ここでの充実度合いが、学校生活全体の充実感や、反対にストレスの軽重をかなり支配しているのではないかと考えられた。

一方、「教師から見た子どもたちにとってストレスとなっているもの」(表6、表7)の結果をみると、「親からの期待」「塾・習い事通い」といった学校外の要素をあげていた。ここに、子どもの感じるストレスと教師のとらえ方に大きな違いがあると見てよいのではないだろうか。

(2) ストレスのとらえ方

今回の調査では、ストレス=悪というとらえに立って検討してきたが、ストレスが子ども達にとってプラスになるという見解が教員の自由記述の中に見られた(表8)。つまり、困難を乗り越えることで子ども達を成長させる、ストレスはそのためにあるという考え方であった。これもまた一理あると思うが成長のため糧となるためには、大人(教師や親)の適切な支援をどうしていくかを考えねばならない。

5. まとめ

児童および教師を対象に、学校内外の生活とストレスに関する調査を行った。その結果は以下のようにまとめられた。

(1) 児童対象アンケートの結果を学校生活と学校外生活に分けたところ、特に学校活動において高学年になるに従って否定的な回答をする割合が有意に高くなる傾向が見られた。

つまり、授業や給食や掃除といった学校の活動の中に見いだされる楽しみや、教師への関心は、学年が高いほど薄らいでいくようである。

(2) 学校の生活要素と「イライラ」などのストレス状態との関係を検討したところ、特に「授業が楽しくない」と回答をする者ほど、「イライラ」や「大声を出したい」「学校が楽しくない」の回答率が高くストレス状態にある傾向が有意に示さ

表7 教師から見た、子ども達がストレスを感じている状況

1) 授業・先生関係
・ 先生に <u>叱られたとき</u> (3)
・ <u>テストの点が悪かったとき</u> (2)
・ <u>宿題を忘れたとき</u> (2)
・ 授業の問題に対する <u>挙手を先生から強要されたとき</u> (2)
・ 授業スケジュールが混んで <u>休み時間に遊べないとき</u>
・ 遅刻する子が「 <u>明日家まで迎えに行く</u> 」と先生に言われたとき
・ 授業中、 <u>何かに我慢しているとき</u>
・ <u>学習活動全般</u> において
2) 友人関係
・ <u>友だちとのコミュニケーション</u> において (7)
・ <u>友だちとけんかしたとき</u> (5)
・ <u>友達にばかにされたとき</u> (3)
3) 家庭関係
・ <u>過剰な塾及び習い事通い</u> (6)
・ 家族との <u>コミュニケーション不足</u> (4)
・ 家族からの <u>過干渉</u> (2)
・ 親から <u>何かを期待されているとき</u> (2)
・ <u>親から叱られたとき</u> (2)
・ 厳しい父・祖父に <u>反抗できないこと</u>
・ <u>塾通いを強要されること</u>
・ 仕事の都合上、 <u>母親に会うことができないこと</u>
4) 授業・先生関係と友人関係の併合
・ 授業で行動が遅く、 <u>友だちと同じことが全くできていないとき</u>
5) 授業・先生関係と家庭関係の併合
・ テスト時において、「親に見せるため、 <u>100点をとらなければいけない</u> 」と言っているとき
6) 特定できない
・ 多くの要因から生まれていることなのでこれと言って <u>特定することはできない</u> (5)

下線は筆者

括弧内は同様の回答をした者の人数

表8 子どもたちを見て気づいたこと（複数回答）

- ・ ストレスというより何事にも我慢できない子が多い。何でもないことからすぐカッときて友達にあたることはよくある。
- ・ 相手の気持ちが考えられないということが気になる。
- ・ ルールを守れない親が増えていると思う。
- ・ ごく一部の母親が、子どもの能力以上の課題を与える。母親が子どもの実態を十分把握できずに、一般情報（テレビ、教育書）から得た知識をそのまま我が子に当てはめる。
- ・ 子どもたちが口癖のように「疲れた…」「忙しい…」と言う。
- ・ 子どものストレスは大人社会の反映で、家庭ででしつけされていないため、学校での集団生活そのものがストレスになる。
- ・ ストレスを感じる前に嫌なこと（宿題など）から逃げ、やらないで平気にいる子が一割以上いる傾向がある。子どもの精神年齢が低下していて六年生でも幼い子が多い。
- ・ 様子をみて、今の状況を説明できる子が減った。
- ・ 家で押さえつけられている感情が、自分が少し被害にあうことで触発され、たまっていた感情が表面に出てくる。
- ・ 今も昔もストレスを感じる場合はあるが、今は親の期待が大きいためか、そのプレッシャーに押しつぶされてしまう子どもが増えていると思う。
- ・ 過度のストレスは負担であるが、適度のストレス・プレッシャーは必要。逃げるのではなく、徐々に耐性を身に付けること、自浄作用を育成することが大切である。
- ・ 学校生活を営む中で、集団行動を身に付けさせることはとても大事なことである。これらを強いられることで子どもが受けるストレスは、将来一人前の大人として生活するため、抱えなければならないものである。学校生活の中のストレスは必要なものもある。
- ・ ストレスを感じないなどない。教師の仕事はストレスに負けない喜びと、できたという達成感を味わわせること。成功で終わることでストレスは緩和される。
- ・ 昔に比べ、心の面で保健室に来る子が多くなっている。家庭の問題などいろいろあるが、寂しい、かまってもらいたいと思っている子が多いように思う。

下線は筆者

れた。

(3) 教員対象アンケートの結果により、教員は学校外活動で子どもがストレスを感じていると考えている者が多かった(表 6)。一方、児童は学校生活において、ストレスを感じていると考えられる回答が見られた(表 2)。

(4) 教員の自由記述では、ストレスは子どもたちにとって必ずしも悪いものとは言えず、ストレスにより子どもたちが成長していくという見解があった。

謝辞

本研究を行うにあたって、快くアンケート調査を引き受けてくださり、また数多くの助言をくださった各小学校の校長先生、教頭先生並びに先生方に心より深謝いたします。

参考文献

- 1) NHK スペシャル「学校・荒れる心にどう向き合うか①広がる学級崩壊」1998年6月19日放送
- 2) 村山士郎編著：ムカつく子ども荒れる学校 いま、どう立ち向かうか、20-23, 桐書房, 1998
- 3) 尾木直樹：「学級崩壊」をどうみるか, 日本放送出版協会, 1999
- 4) 町沢静夫：ADHD（注意欠陥／多動性障害）, 駿河台出版社, 2002
- 5) 折出健二：変革期の教育とその弁証法, 163-171, 創風社, 2001
- 6) 米沢宏：「いい子」が危ない—機能不全の家庭に育つ子どもたち, (河合, 山登編集：子どもの精神障害), 189-206, 日本評論社, 2002
- 7) 秦政春：小学生のストレス（「教育ストレス」に関する調査研究 4）, 福岡教育大学紀要第 4 部 教職科編 43, 129-182, 福岡教育大学, 1994