

—論文—

中学生が抱える悩みおよび悩みに対する相談相手・ 相談抑制理由に関する研究— 1

岩瀧 大樹

Research on the Worries of Junior High School Students, Persons Chosen as
Confidants, and Factors in Hesitating to Consult with Others -1

Daiju Iwataki

This research seeks the possibility of intervention in educational counseling, from the viewpoint of preventing maladjustment to school life in junior high school students. A survey was conducted to ascertain the following: 1) worries that exist in the daily life of a junior high school student, 2) type of persons chosen as confidants, and 3) factors that caused hesitation in consulting with others. As a result, it was found that junior school students consult with others regarding their learning and future paths, but they hesitate to consult regarding interpersonal relationships and bodily matters. In addition, it was found that they often consult with their classmates and guardians, and that the main factor in their hesitation to consult is the lack of skill to request advice from others.

問題と目的

近年、中学校におけるいじめや不登校、少年犯罪の増加など、中学生に関わる問題は多くの面で改善が望まれている。例えば、平成19年度版青少年白書（内閣府，2007）は、平成17年度の中学校の不登校者数は99,578名であり、全生徒のおよそ3%が不登校の状態に陥っていることを示している。また、いじめに起因する事件で検挙・補導された少年の人員・件数がともに平成14年度から上昇していることも明らかにしている。このような現状を踏まえ、今日の中学生に対する教育的援助の必要性が高いことがうかがわれる。つまり、中学生がどのような問題

を抱えているのか、また問題や悩みを抱えた際に、中学生を取り巻く環境において、どのような援助が可能なのかが把握されるべきである。

中学生の抱える悩みに関して、深谷ら（2001）は、中学生の日常生活をもとに、不安があるときの行動・具体的な悩みについて調査を実施している。そして、3割近くの生徒が学業成績・高校受験・将来の進路・自分の性格・身長や体重・自分の外見について悩んだ経験があることを報告している。また、石隈（1999）は、学校心理学の立場から子どもが学校生活に適応していく要因として学習、心理・社会、進路、健康の4領域をあげている。さらに、山口ら（2004）

は、中学生の悩みに関して因子分析を実施し、心理・社会、学習、進路、心身・健康の4因子を抽出している。しかし、中学生がどの悩みをもっとも多く抱えているのか、また個々の悩みの種類に関しては、上記の先行研究から十分に読み取ることはできない。そこで、本研究においては、現在の中学生在がどの程度、どのような種類の悩みを抱えているのかを把握し、中学生の抱える悩みの現状を理解することを第一の目的とする。

次に、中学生が悩みを抱えた場合に、どのような対処をするのかに関し、岩瀧(2007a)は、中学校入学時の子どもの9割以上は、不安を抱えた場合には他者(保護者・友だち・教師)に相談することを示している。また、水野(2007)は、中学生への援助サービスシステムの視点から、援助を求める意識・態度・行動等に関する調査を実施し、スクールカウンセラー(以下SC)に相談がなされる場合と相談がなされない場合の要因について論じている。具体的な相談相手に関し、深谷ら(2001)は、不安や悩みがあるときに「友だちに相談する」という中学生はおよそ半数であることを示している。だが、これは半数の生徒は悩みを抱えても友だちに相談していないことを表す。伊藤(1993)は、悩みを抱えた中学生が誰にも相談せず悩み続けると健康水準の低下につながることを、櫻井・青木(2005)は、誰にも相談のできない生徒は、攻撃性や非効力感が高いことを指摘している。これらのことから、中学生が悩みを抱えた場合、周囲の誰かに相談ができる、ということは適応に大きな影響を与えていると推察できる。しかし、中学生の悩みの種類により、どのような相談相手を選択されるのかをとりあげた研究は少ない。このことから、悩みの種類により中学生が相談を持ちかける援助資源、つまり機能しているサポート源、機能することを期待されるサポート源を

把握することができれば、サポート源別に悩みを抱えた中学生への援助方法について示唆を得られると推察できる。そこで、本研究では悩みの種類により、中学生はどのような相談相手を選択するのかを把握することを第二の目的とする。

相談がなされる反面、相談がなされない場合もあげられる。水野ら(2006)は、中学生が援助を求める際に、援助者の適切な対応(呼応性)が重要であることを指摘し、適切な援助が得られないのではないかと不安が援助を抑制させることを論じている。悩みを抱えた際には、誰かに相談をすることで不適応状態を回避できる可能性については前述したとおりである(櫻井・青木 2005など)。つまり、悩みの種類ごとに中学生の相談が抑制される理由を把握することによって、相談の抑制を緩和させる援助への示唆を得ることができれば、適切な相談が促進されると推察できる。そこで、本研究では、悩みの種類により、中学生が相談を抑制する理由について把握することを第三の目的とする。

以上のように、本研究では、①中学生の悩みの有無と種類、②悩みの種類による相談相手、③悩みの種類による相談抑制理由の3点について把握する。そこから、中学生の健康水準を保ち、学校不適応予防への取り組みに向けた援助の方法について示唆を得たいと考える。

方 法

1. 悩みの種類・相談相手・相談抑制理由

悩みの種類；石隈(1999)や山口ら(2004)を参考に、学習、心理、社会、進路、健康の5領域から中学生の悩みを調査した。健康に関しては、世界保健機構(WHO)が示す定義「健康とは、完全な肉体的、精神的及び社会的福祉の状態であり(以下略)」に準じ、健康領域として心身両面の健康をとらえることとした。

相談の対象；石隈（1999）は、中学生を取り巻くヘルパーとして、SCなどの「専門的ヘルパー」、学級担任・教科担当教諭、養護教諭からなる「複合的ヘルパー」、保護者などの「役割的ヘルパー」、親しい友だちなどの「ボランティア的ヘルパー」をあげている。本研究においては、相談相手を「SC・教育相談員」、「教師」、「家族」、「友だち」とし、心理学系の教授1名、博士課程の大学院生3名と検討し、中学生の相談相手となりうる12種類の対象をリストアップして、使用した。なお、「友だち」に関しては、近年は半数近くの中学生在が携帯電話を保有し、通話や携帯メールを使用していることから（gooリサーチ，2006）、「メール友だち（以下メル友）」を加えた。

相談が抑制される理由；水野（2007）は中学生のSCへの相談阻害要因について自由記述の分析を行い、被援助志向性尺度案として、①遠慮、②汚名への心配、③呼応性への心配、④相談スキル、⑤自己開示の恐れ、⑥カウンセリングへの馴染みのなさ、⑦相談に対する態度、⑧援助への肯定的側面を提示している。本研究では、相談相手はSCのみではないことから、⑥を、本研究で取り上げるのが相談を抑制する理由であることから、⑧を、削除した。なお近年の教育実践より、中学生はインターネット（以下IT）を用いて必要な情報を得られるようになっていくことから（初等中等教育局参事官，2006など）、「IT」を加えた。また高木（1998）は、援助要請の過程で、適切な援助者が見つからない場合には「要請をしない」という選択をすることを指摘している。そのため、適切な援助者を探す「援助者探索」も加えた。さらに、水野（2007）では②の「汚名への心配」は「相談をしたら、友だちが変わった人だと思われる」などの他者の見方を気にする項目と、「相談したことの秘密が守られるか心配だ」などの守秘への心配に

関わる項目が含まれていた。本研究では相談をしない理由を複数回答で求めること、中学生は自己への関心が深まる時期であり、自分自身の情報に関しては特に敏感になると推測されることから、「守秘への心配」を加えた。

2. 調査対象

関東地区2校の公立中学校に在籍する中学生206名を対象に質問紙調査を実施した。回答に不備や欠損値があったものを除く、200名（1年生66名、2年生99名、3年生35名、男子108名、女子92名）を分析の対象とした。有効回答率は97.09%であった。

3. 調査手続き

各学級担任教諭の指導のもと、筆者が作成した「調査マニュアル」に基づき、学級活動の時間を用いて集団実施された。時間は約10分。調査に先立ち、①調査の内容は秘密が厳守されること、②調査での記入内容は学校の成績等は一切関係ないこと、③中学生の日常生活を充実させるための調査であることが確認された。回収に際しては、各自が調査用紙に記入した後、無記名の封筒に密封し学級担任教諭に提出したものを、筆者が回収した。

4. 調査時期

2007年7月

5. 調査内容

以下の調査内容から構成される質問紙を作成した。対象者の属性（性別・学年）はフェイスシートで尋ねた。

(1) 中学生が抱えている悩みについて

- ①現在、日常生活で悩んでいたり困ったりしていることはあるか。
- ②ある場合には、その具体的内容を3つまで

自由記述で求めた。なお、中学生の理解をうながすために「部活動の先輩との関係で困っている」という例を提示した。

(2) 中学生の悩みへの対応について

学習・心理・健康・社会・進路の5領域について、以下の点について尋ねた。なお、各領域に関しては質問紙に、学習の問題（学習）、心や性格などの自分自身の問題（心理）、身体の問題（健康）、他者との関係での問題（社会）、進路の問題（進路）の説明を加えた。

①自分一人では解決できない問題を抱えた際に、誰かに相談をするかを4件法で尋ねた（1. 相談をする, 2. 相談をしようと思うが、実際に相談をするかはわからない, 3. 相談をしようとは思わない, 4. 絶対に相談をしない）。

②①において、「1. 相談をする」を選択した回答者を対象に、誰に相談をするかを以下の13項目から複数選択してもらった（1. 学級の友だち, 2. クラブ・部活動の友だち, 3. 先輩・後輩, 4. メル友, 5. 保護者, 6. きょうだい, 7. その他の家族, 8. 担任の先生, 9. クラブ・部活動顧問の先生, 10. 各教科の先生, 11. 養護・保健の先生, 12. SC・教育相談の先生, 13. その他）。

③①において、「2. 相談をしようと思うが、実際に相談をするかはわからない」、「3. 相談をしようとは思わない」、「4. 絶対に相談をしない」を選択した回答者を対象に、相談をしない理由について以下の10項目から複数選択してもらった（1. 他の人に相談するのは申し訳ないから, 2. 相談をしたことで、できない人間だと思われるから, 3. 相談をした人が、秘密を守れるかわからないから, 4. 相談をしても解決できないと思うから, 5. 相談内容をどう伝

えたらよいか分からないから, 6. 自分のことを他の人に話したくないから, 7. どんな問題でも自分で解決するべきだと思うから, 8. 相談のできる人が周りにいないから, 9. ITなどを使い、自分で解決の方法を調べられるから, 10. その他）。

結 果

1. 中学生が抱えている具体的な悩みについて

(1) 現在悩みを抱えている生徒の割合

「現在、日常生活の中で悩んでいたりと困っていたりすることがある」と回答した生徒は60名であり、全体の30%であった。学年男女別の割合を以下に示す（Table 1）。

Table 1 現在悩みを抱えている生徒の割合

属性	割合 (%)
1年生男子	12.9
1年生女子	54.3
2年生男子	15.1
2年生女子	47.8
3年生男子	16.7
3年生女子	27.3
全体	60.0

なお、悩みの有無と性別・学年について、それぞれ2変量の χ^2 検定を行った。その結果、性別において $\chi^2(1)=25.78$, $p<.001$ で有意な偏りが確認され、女子の方が悩みを抱えている割合が高いことが明らかになった。また、学年による有意な偏りは確認されなかった。

(2) 現在抱えている具体的な悩み

上記の60名に対し、現在抱えている具体的な悩みを3つまで自由記述によって求めた。その結果、33名が1つ、15名が2つ、12名が3つの悩みを抱えていると回答し、99件の悩みを把握することができた。主な悩みの内容として、学習に関するもの、部活動に関するもの、友だちとの関係、先輩との関係があげられた。その後、回答としてあげられた悩みを心理学系の大学院

生2名とKJ法にて分類したところ、上記で述べた5領域と同様に分類することができた。なお、部活動に関する悩みは、自分自身の技術や部活動での成果の向上に関するものであったため、本研究においては心理領域の下位領域とし、「自分自身の問題」と「部活動の問題」に分類した。さらに、社会領域は「友だちとの関係」と「先輩・後輩との関係」の下位領域に分類した。以下、領域別の具体的な悩みの内容および悩みを抱えている生徒の割合を全体・性別・学年別に示す (Table 2)。

その結果、中学生が抱えている具体的な悩みの半数以上は社会領域の他者との関係であることが示された。性別においては、男子は部活動での悩み・友だちとの関係での悩みがもっとも割合が高かった。一方、女子は他者との関係があげられており、6割以上が悩みを抱えている

ことが明らかになった。学年に関しては、どの学年においても社会領域での悩みが最も高い割合を示していた。

2. 悩みへの中学生の対応について

(1) 悩みに対する相談

各領域において悩みを抱えた場合、相談をするか、相談をしないかについて回答を求めた。領域ごとの全体・性別・学年別の回答者の割合を以下に示す (Table 3)。学習・社会・進路の悩みにおいては、全体の半数以上の生徒から相談をするという回答が得られた。また、心理・健康の悩みに関しては、相談をする生徒は全体の3割程度であった。

次に、「1. 相談をする」と回答した群を「相談群」、それ以外に回答し、相談をしない可能性を含む群を「相談をしない群 (以下抑制群)」

Table 2 中学生が抱える具体的な悩み (領域別)

領域	悩みの内容	全体	男子	女子	1年生	2年生	3年生
学習	・成績が伸びない	23.3	32.0	20.3	15.6	35.6	22.2
	・苦手な教科がある						
	・勉強についていけない						
	・勉強の時間がない						
	・テストや成績のこと						
	など						
心理	部活動	11.5	28.0	5.4	11.1	11.1	11.1
	自分自身	5.7	0.0	8.1	4.5	4.5	11.1
	・素直になれない						
	・なりたい自分になれない	など					
	心理領域全体	17.2	28.0	13.5	15.6	15.6	22.2
健康	・体力がない	5.1	12.0	2.7	4.4	2.2	11.1
	・イライラすることが多い						
	・偏食のこと						
	・体調が悪い						
	など						
社会	友だち	36.8	24.0	44.6	60.0	35.5	33.4
	先輩後輩	15.6	4.0	16.2	24.4	8.9	0.0
	・先輩から暴力を受ける						
	・先輩が怖い	など					
	社会領域全体	52.4	28.0	60.8	64.4	44.4	33.4
進路	・進学のこと	2.0	0.0	2.7	0.0	2.2	11.1
	・将来のこと						
	など						
	計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

注：数値は割合 (%) を示す。

注：心理領域の上段は①部活動、中段は②自分自身の悩みを抱える割合、下段に①と②の和を示す。

注：社会領域の上段は①友だち、中段は②先輩後輩との関係で悩みを抱える割合、下段に①と②の和を示す。

Table 3 中学生が悩みを抱えた際の対応について (領域別)

領域	悩みの内容	全体	男子	女子	1年生	2年生	3年生
学習	相談をする	61.5	55.6	68.5	56.1	60.6	74.3
	相談をしようと思うが、するかは分からない	22.5	25.9	18.5	27.3	22.2	14.3
	相談をしないと思う	13.0	15.7	9.8	12.1	14.2	11.4
	絶対に相談をしない	3.0	2.8	3.2	4.5	3.0	0.0
	計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
心理	相談をする	30.5	20.4	41.3	34.8	28.3	25.7
	相談をしようと思うが、するかは分からない	24.5	24.1	26.1	24.2	26.2	22.9
	相談をしないと思う	34.5	43.5	23.9	25.8	37.4	42.9
	絶対に相談をしない	10.5	12.0	18.7	15.2	8.1	8.5
	計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
健康	相談をする	34.0	27.8	41.3	40.9	23.2	51.4
	相談をしようと思うが、するかは分からない	17.0	15.7	18.5	22.7	14.1	14.3
	相談をしないと思う	37.5	42.6	31.5	27.3	47.5	28.6
	絶対に相談をしない	11.5	13.9	18.7	9.1	15.2	5.7
	計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
社会	相談をする	57.0	46.3	68.5	50.0	59.6	60.0
	相談をしようと思うが、するかは分からない	18.0	20.4	16.3	22.7	16.2	17.1
	相談をしないと思う	18.5	24.0	12.0	19.7	18.2	17.1
	絶対に相談をしない	16.5	9.3	3.2	7.6	6.0	5.8
	計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
進路	相談をする	74.5	73.1	76.1	71.2	75.6	77.1
	相談をしようと思うが、するかは分からない	13.5	16.7	8.7	18.2	9.1	14.3
	相談をしないと思う	17.0	3.7	10.9	7.6	6.2	8.6
	絶対に相談をしない	5.0	6.5	4.3	3.0	9.1	0.0
	計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

注：数値は割合 (%) を示す。

Table 4 各領域における相談群と抑制群の比較

領域	学習		心理		健康		社会		進路	
	相談群	抑制群	相談群	抑制群	相談群	抑制群	相談群	抑制群	相談群	抑制群
全体	61.5	38.5	30.5	69.5	34.0	66.0	57.0	43.0	74.5	25.5
	10.58**		32.00**		23.12***		3.38		48.02***	
男子	55.6	44.4	20.4	79.6	27.8	72.2	46.3	53.7	73.1	26.9
	1.33		37.93**		25.04***		0.89		23.15***	
女子	68.5	31.5	41.3	58.7	41.3	58.7	68.5	31.5	76.1	23.9
	12.57***		2.78		2.78		12.57***		25.04***	
1年生	56.1	43.9	34.8	65.2	40.9	59.1	50.0	50.0	71.2	28.8
	0.97		6.06*		2.97		0.00		11.88**	
2年生	60.6	39.4	28.3	71.7	23.2	76.8	59.6	40.4	75.6	24.4
	4.46*		18.66**		28.37***		3.64		26.27***	
3年生	74.3	25.7	25.7	74.3	51.4	48.6	60.0	40.0	77.1	22.9
	8.26**		8.26**		0.23		1.40		48.02***	

注：数値は割合 (%) を示す。 * $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

に分類し、両群の比較を行った。全体・性別・学年別の結果を以下に示す (Table 4。上段の数値は割合、下段の数値はカイ 2 乗値を表す)。また、各領域における、相談・抑制群と性別・学年間の連関について、それぞれ 2 変量の χ^2

検定を実施した。その結果、性別では心理領域で $\chi^2(1) = 10.37$, $p < .01$, 健康領域で $\chi^2(1) = 5.31$, $p < .05$, 社会領域で $\chi^2(1) = 9.95$, $p < .01$ の有意な偏りがみられた。つまり、心理領域および健康領域では男子の方が抑制群の割合が高

Table 5 悩みを抱えた際の相談相手について

領域	属性	学級の 友だち	クラブの 友だち	先輩・ 後輩	メル友	保護者	きょう だい	その他 の家族	担任の 先生	顧問の 先生	各教科 の先生	養護の 先生	SCの 先生	その他
学習	全体	75.61	30.08	19.75	5.69	52.85	22.76	5.69	19.51	4.88	26.02	1.63	0.00	3.25
	男子	66.67	30.30	12.12	3.03	43.94	19.70	4.55	22.73	4.55	27.27	0.00	0.00	6.06
	女子	77.78	26.98	6.35	7.94	57.14	23.81	6.35	14.29	4.76	22.22	3.17	0.00	0.00
	1年生	56.76	21.62	13.51	8.11	56.76	21.62	8.11	18.92	2.70	13.51	5.41	0.00	8.11
	2年生	72.06	22.06	5.88	2.94	41.18	19.12	2.94	7.35	2.94	14.71	0.00	0.00	0.00
	3年生	88.46	53.85	11.54	7.69	61.54	26.92	7.69	46.15	11.54	65.38	0.00	0.00	3.85
心理	全体	80.33	31.15	11.48	14.75	44.26	13.11	6.56	8.20	0.00	1.64	8.20	3.28	1.64
	男子	81.82	27.27	9.09	4.55	45.45	13.64	4.55	4.55	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	女子	81.58	34.21	13.16	21.05	44.74	13.16	7.89	10.53	0.00	2.63	13.16	5.26	2.63
	1年生	82.61	13.04	13.04	21.74	56.52	8.70	8.70	8.70	0.00	0.00	17.39	8.70	0.00
	2年生	85.71	46.43	10.71	10.71	25.00	10.71	0.00	3.57	0.00	0.00	0.00	0.00	3.57
	3年生	66.67	33.33	11.11	11.11	77.78	33.33	22.22	22.22	0.00	11.11	11.11	0.00	0.00
健康	全体	52.94	19.12	7.35	5.88	66.18	7.35	7.35	5.88	0.00	1.47	10.29	0.00	4.41
	男子	53.57	17.86	0.00	0.00	67.86	10.71	3.57	3.57	0.00	0.00	14.29	0.00	10.71
	女子	55.26	21.05	13.16	10.53	68.42	5.26	10.53	7.89	0.00	2.63	7.89	0.00	0.00
	1年生	61.54	15.38	15.38	7.69	69.23	0.00	11.54	7.69	0.00	3.85	15.38	0.00	7.69
	2年生	43.48	26.09	4.35	4.35	52.17	8.70	4.35	0.00	0.00	0.00	8.70	0.00	0.00
	3年生	58.82	17.65	0.00	5.88	88.24	17.65	5.88	11.76	0.00	0.00	5.88	0.00	5.88
社会	全体	76.32	32.46	14.04	14.04	37.72	8.77	4.39	7.89	0.88	2.63	1.75	0.88	2.63
	男子	82.00	30.00	16.00	10.00	32.00	8.00	2.00	8.00	0.00	4.00	0.00	0.00	2.00
	女子	73.02	34.92	12.70	17.46	42.86	9.52	6.35	7.94	1.59	1.59	3.17	1.59	3.17
	1年生	66.67	21.21	12.12	18.18	48.48	9.09	9.09	15.15	0.00	6.06	6.06	3.03	3.03
	2年生	83.05	37.29	15.25	11.86	23.73	6.78	1.69	0.00	1.69	0.00	0.00	0.00	3.39
	3年生	76.19	38.10	14.29	14.29	61.90	14.29	4.76	19.05	0.00	4.76	0.00	0.00	0.00
進路	全体	58.39	23.49	13.42	10.07	82.55	16.11	8.05	34.23	6.04	11.41	2.01	0.67	4.70
	男子	59.49	24.05	15.19	7.59	84.81	18.99	11.39	39.24	6.33	13.92	0.00	0.00	5.06
	女子	57.14	22.86	11.43	12.86	80.00	12.86	4.29	28.57	5.71	8.57	4.29	1.43	4.29
	1年生	55.32	14.89	21.28	12.77	72.34	14.89	8.51	27.66	8.51	12.77	2.13	2.13	4.26
	2年生	53.33	25.33	8.00	8.00	88.00	18.67	8.00	25.33	2.67	5.33	1.33	0.00	5.33
	3年生	77.78	33.33	14.81	11.11	85.19	11.11	7.41	70.37	11.11	25.93	3.70	0.00	3.70

注：数値は割合（％）を示す。

く、社会領域では女子の方が相談群の割合が高いことが確認された。なお、学習面と進路面については有意な偏りは示されなかった。

(2) 相談をする場合の対象（以下相談相手）

「1. 相談をする」と選択した回答者（相談群）に対し、悩みを抱えた際、誰に相談をするかを複数回答で求めた。どの相談相手を選択するのか、全体・性別・学年別の割合を以下に示す（Table 5）。どの属性においても、学習・心理・社会の悩みに関しては、「学級の友だち」が、健康・進路の悩みに関しては「保護者」が最も高い割合を示していることが示された。

(3) 相談をしない場合の理由（以下相談抑制理由）

「2. 相談をしようと思うがするかは分からない」、「3. 相談をしないと思う」、「4. 絶対に相談をしない」を選択した回答者（抑制群）に対し、相談抑制理由を複数回答で求めた。回答者の全体・性別・学年別の割合を以下に示す（Table 6）。

その結果、全体においては、学習・心理・社会の悩みに関しては、「相談内容の伝え方が分からない」が、健康の悩みに関しては「相談しても解決できない」が、進路の悩みに関しては「自分のことを話したくない」が最も多い相談抑制理由であった。

Table 6 中学生の悩み相談抑制理由 (領域別)

属性	全体	男子	女子	1年生	2年生	3年生	
学習	相談を抑制する割合	38.5	44.4	31.5	43.9	39.4	25.7
	他の人に相談するのは申し訳ない	20.8	20.8	20.7	27.6	20.5	22.2
	できない人間だと思われる	14.3	16.7	10.3	24.1	5.1	22.2
	秘密が守られるか分からない	22.1	20.8	24.1	24.1	17.9	33.3
	相談をしても解決できない	31.2	27.1	37.9	31.0	33.3	22.2
	相談内容の伝え方が分からない	37.7	37.5	37.9	48.3	35.9	11.1
	自分のことを話したくない	22.1	18.8	27.6	31.0	17.9	11.1
	相談できる人がいない	9.1	8.3	10.3	13.8	7.7	0.0
	自分で解決すべき	22.1	25.0	17.2	17.2	28.2	11.1
	ITで調べることができる	1.3	2.1	0.0	3.4	0.0	0.0
	その他	13.0	14.6	10.3	6.9	12.8	33.3
心理	相談を抑制する割合	69.5	79.6	58.7	65.2	71.7	74.3
	他の人に相談するのは申し訳ない	16.5	16.3	16.7	16.3	14.1	23.1
	できない人間だと思われる	7.2	7.0	7.4	14.0	4.2	3.8
	秘密が守られるか分からない	21.6	18.6	25.9	20.9	22.5	19.2
	相談をしても解決できない	30.9	26.7	37.0	20.9	40.8	19.2
	相談内容の伝え方が分からない	43.2	38.4	50.0	55.8	36.6	38.5
	自分のことを話したくない	23.7	22.1	25.9	27.9	19.7	26.9
	相談できる人がいない	9.4	5.8	14.8	7.0	11.3	7.7
	自分で解決すべき	22.3	22.1	22.2	14.0	22.5	34.6
	ITで調べることができる	0.7	1.2	0.0	0.0	0.0	3.8
	その他	11.5	17.4	1.9	7.0	11.3	19.2
健康	相談を抑制する割合	66.0	72.2	58.7	59.1	76.8	48.6
	他の人に相談するのは申し訳ない	11.4	8.8	14.8	10.0	10.5	16.7
	できない人間だと思われる	3.8	6.3	0.0	7.5	1.3	5.6
	秘密が守られるか分からない	22.7	15.0	33.3	27.5	21.1	16.7
	相談をしても解決できない	32.6	28.8	37.0	20.0	39.5	27.8
	相談内容の伝え方が分からない	24.2	20.0	29.6	25.0	23.7	22.2
	自分のことを話したくない	30.3	22.5	40.7	30.0	31.6	22.2
	相談できる人がいない	6.1	3.8	9.3	2.5	7.9	5.6
	自分で解決すべき	18.9	26.3	7.4	15.0	19.7	22.2
	ITで調べることができる	2.3	3.8	0.0	2.5	1.3	5.6
	その他	13.6	17.5	7.4	10.0	15.8	11.1
社会	相談を抑制する割合	43.0	53.7	31.5	50.0	40.4	40.0
	他の人に相談するのは申し訳ない	17.4	15.5	20.7	18.2	12.5	28.6
	できない人間だと思われる	4.7	5.2	3.4	9.1	2.5	0.0
	秘密が守られるか分からない	22.1	13.8	37.9	21.2	27.5	7.1
	相談をしても解決できない	37.2	37.9	34.5	45.5	35.0	21.4
	相談内容の伝え方が分からない	40.7	34.5	51.7	39.4	42.5	35.7
	自分のことを話したくない	29.1	29.3	27.6	36.4	22.5	28.6
	相談できる人がいない	9.3	5.2	17.2	21.2	2.5	0.0
	自分で解決すべき	19.8	24.1	10.3	15.2	15.0	42.9
	ITで調べることができる	1.2	1.7	0.0	0.0	0.0	7.1
	その他	9.3	12.1	3.4	9.1	10.0	7.1
進路	相談を抑制する割合	25.5	26.9	23.9	28.8	24.2	22.9
	他の人に相談するのは申し訳ない	13.7	13.8	13.6	10.5	12.5	25.0
	できない人間だと思われる	7.8	10.3	4.5	10.5	4.2	12.5
	秘密が守られるか分からない	17.6	13.8	22.7	5.3	25.0	25.0
	相談をしても解決できない	27.5	17.2	40.9	26.3	37.5	0.0
	相談内容の伝え方が分からない	21.6	17.2	27.3	21.1	20.8	25.0
	自分のことを話したくない	31.4	24.1	40.9	36.8	33.3	12.5
	相談できる人がいない	5.9	3.4	9.1	5.3	4.2	12.5
	自分で解決すべき	17.6	20.7	13.6	21.1	8.3	37.5
	ITで調べることができる	7.8	10.3	4.5	5.3	4.2	25.0
	その他	9.8	17.2	0.0	10.5	12.5	0.0

注：数値は割合 (%) を示す。

考察

1. 中学生が抱えている具体的な悩みについて

(1) 現在悩みを抱えている生徒の割合

どの学年においても女子の方が男子よりも悩

みを抱えている割合が高かった。特に1, 2年生に関しては、半数近くの女子が現在悩みを抱えている。田崎・橋本(2005)は、中学生の心理的困難時に関する研究において、中学校1年

生と2年生に関しては男子よりも女子が困難な出来事に遭遇していることを示しており、本研究も同様の結果が得られた。この点に関しては、性別による悩みのとらえ方などを再検討していく必要がある。悩みの性差による先行研究として、石毛・無藤（2005）は、中学生を対象とした研究において、ものごとをポジティブに考える「楽観性」が女子よりも男子の方が高く、ストレス反応に負の影響を与えることを指摘している。このことから、性差が確認できた要因のひとつとして、「楽観性」の影響があげられる。今後の研究においては、楽観性が悩みに及ぼす影響も検討の余地があるといえよう。

（2）現在抱えている具体的な悩み

学習；三浦・坂野（1996）は、学年が上がるにつれ、学業活動に関するストレス得点が高くなることを明らかにしている。本研究では、学習領域での悩みの割合が最も少ないのは1年生であったが、3年生は2年生よりも少なかった。しかし、対象者数が2年生99名、3年生35名と、3年生の人数が少ない影響が出た可能性があるため、再検討する必要がある。石毛・無藤（2005）は、受験期の中学生は、男子よりも女子の方が、学業ストレス得点が高いことを明らかにしており、今後は調査時期の要因を加え、悩みの継続的な変化をさぐることも必要であろう。

心理；部活動に関する悩みと自分自身の性格に関する悩みがあげられた。特に男子においては、この領域の悩みはすべて部活動での技術向上に関わる悩みであり、自分自身の生き方や性格の悩みは全くみられなかった。女子は、自分自身の生き方や性格の悩みもみられ、この点においては性差が確認された。亀澤（2001）は、女子の性格に関する悩みが多い理由として、周囲の友だちの目を意識するようになることを指摘している。これは、他者に嫌われたくない、親し

い友だちとグループを形成したい等の、思春期の女子における友だち関係が影響しているものと推察できる。

健康；男子の悩みは、「体力がない」・「体調が悪い」など身体的なものであり、女子の悩みは「偏食になる」などの身体的なものに加え、「イライラする」などの心の健康での悩みがあげられていた。上長（2007）は、中学生の男子に関しては、身体発育の発現は不安や混乱をもたらすものではないが、女子に関してはダイエット報道の影響などにより、丸みをおびた体型への変化が抑うつ傾向につながることを指摘している。女子の「偏食である」あるいは「イライラする」などの悩みについては、より詳しい内容を明らかにする必要がある。

社会；悩みを抱えている中学生の半数以上が他者との関係での問題を抱えていることが示された。内容としては、「友だちとの関係（クラスになじめない、相談できる人がいない、悪口を言われるなど）」・「先輩との関係（先輩から暴力を受ける、怖いなど）」があげられた。「友だちとの関係」で悩みを抱えているのは男子より女子が高い割合を示していた。鶴養（2004）は、思春期の女子の友だちづきあいに関し、グループの中で一緒に行動することが大切であり、グループに所属していないことが不適応行動につながることを示唆している。このことから、女子にはチャム・グループにおける友だち関係が悩みにつながっていることが推察できる。また、「先輩との関係」に関しては、特に1年生や女子が悩みを抱えており、低学年の生徒ほど、先輩との関わりに気を遣っていることがうかがえた。

進路；今回の調査ではほとんど悩みを抱えている生徒がいなかった。今後は3年生の被験者数を増やすことに加え、定期試験や高校受験を控えた時期などに再調査を行い、再検討する余地

があると思われる。

領域全体；今回の調査においては、現在悩みを抱えている中学生の半数以上は、社会領域の他者との関係で悩んでいること、また2割程度が自分自身の問題や学習の問題で悩んでいることが示された。健康・進路の問題に関しては、1割未満であり、現在悩みとしてとらえられている割合は少ないことがうかがえる。しかし、3年生にとって特に重要である進路の悩みに関しては、進路決定がより身近となる10月以降は割合が変化することが推測される。進路決定の時期も踏まえ、今後の調査による再検討が必要であろう。

2. 悩みへの中学生の対応について

(1) 悩みに対する相談

学習；全体の約6割は「相談をする」ことで悩みに対処している。また、学年が上がるにつれて、相談をする割合は高くなり、男子より女子の方が、相談ができています。高学年で相談をするようになるのは、進学を範疇にいれ、学習内容が次第に高度になってきているためだと推測できる。三浦・坂野(1996)では、「女子は男子に比べて、学業活動についてのストレスを多く経験するが、コントロール感が高く、さまざまな対処を行う」ことを指摘している。このことから、女子は学習での悩みを抱えた場合の対処のひとつとして、他者に相談する方略をとっているといえよう。また、野崎(2003)は、中学生の学業場面での援助要請において、達成目的志向性が影響していることを論じている。今後は学習への取り組みを含めた検討が必要であろう。半数以上の生徒が学習での悩みは他者に相談していることから、この領域での悩みは生徒にとって相談しやすいものと推察される。

心理；どの属性においても抑制群の方が多いが、男子の方が女子よりも抑制群の割合が高かった。

また、学年が上がるにつれ、相談する生徒の割合は減少している。つまり、中学生は発達にしたがって心理領域での悩みを相談しなくなることが示唆された。特に男子は最も低い割合を示していた。他者に相談する(援助を要請する)場面では、自尊心が影響を及ぼすことは多くの先行研究で明らかにされている(島田・高木, 1994など)。しかし、島田・高木(1994)は、自尊心の低い人は知らない援助者や失敗への恐れが援助要請抑制理由であるとともに、自尊心の高い人は問題の重大さを認識しないことが援助要請抑制理由であることを指摘している。田村・石隈(2002)は、45歳以下の男性教師の場合、自尊感情が低い教師は、援助に対する抵抗が高いことを指摘している。そのため、今後は中学生の自尊心も加味し、援助抑制理由を明確にすることが必要であろう。

健康；全体では、相談を抑制する群の割合の方が高いことが示された。男子、2年生に関しては有意な結果が得られた。三枝(2001)は、中学生が体調で不安や悩みを抱えた場合、体調に応じて対処方法が異なることを示しており、体調が普通の群のうち、友だちに相談するのは38%であるとしている。最も多いのは「友だちとくだらない話をする」・「物に当たりたくなる」であり、4割以上を占めていた。本研究でも相談群の方が少ないことが確認でき、このことから、健康領域での悩みには、相談以外の対処法がとられている可能性が示唆された。

社会；女子においてのみ、相談群の方が多くみられた。つまり、女子は他者との関係において悩んだときは、相談することで問題に対処しようとすることが示された。女子の悩みの6割は他者との関係である(Table 2)が、女子にとって他者との関係は、悩みにつながることもあっても、相談できるものであることがうかがえる。

進路；どの属性においても、中学生は進路での

悩みを相談することが示された。進路の問題に関しては、学習の悩みの関与も予想できるため、学習領域と同様に、相談をしやすい領域であると推察される。

領域全体；6割以上の中学生は学習や進路の悩みを抱えた場合、他者に相談をすることが明らかになった。このことから、学習や進路の悩みは、相談相手（サポート源）をとらえることができれば、解決に向けた取り組みがなされるといえる。特に高学年になり、学習内容が高度になったり、進路を決定したりする時期には、周囲の相談相手を確認させることが望まれよう。

一方、心理や健康の悩みを抱えた場合には、相談が抑制されることが明らかになり、特に男子に関しては有意な結果が得られた。男子の悩みは心理領域では部活動に関する問題、健康領域では体力や体調に関する問題であることが示されている（Table 2）。このことから、例えば男子にはITや書籍・資料によって、部活動の技術や体力の向上に関する情報を収集するなど、他者に相談をする以外の問題解決の方法を示すこともあげられよう。

（2）相談相手

学習；どの属性においても、学級の友だちに相談する割合が最も高かった。つまり、学習での相談は、身近な学級での友だちにもちかけられることがうかがえる。また、保護者も相談相手として認識されており、特に1年生は、学級の友だちと保護者が同じ割合を示していた。きょうだいもどの属性においても生徒の約2割が相談のできる有効な相談相手であると認識していた。3年生に関しては、他学年よりも担任教師や各教科の教師に相談していた。これは、学年が上がるにつれ、学習内容が高度になってくるためだと推察される。岩瀧（2007b）は、1年生と3年生の学習における適応には、教師に困っている事実を伝達するスキルが影響しているこ

とを示し、1年生は小学校と異なる学習方式に戸惑うため、3年生は高校受験に向けた取り組みとして援助を求めることを言及している。本研究でも、担任教師への相談をする生徒の割合が2年生で最も低いことから、同様の見解を得ることができた。

心理；3年生以外の属性は、すべて学級の友だちが最も高い割合を示した。3年生は保護者へ相談する生徒の割合が最も高かった。中学生の時期は、依存から自立に向けた発達段階であるため、学年が上がるにつれ、友だちへ相談をもちかける割合が高くなると予測されたが、本研究ではその予測は成り立たなかった。3年生のサンプル数が影響していることも懸念されるため、再検討を行う必要がある。また、心理領域の1年生と女子の2割近くの生徒がメル友に相談をすることが確認され、他の領域と比較しても、高い割合であった。

健康；すべての属性において、半数以上の生徒は自分の身体に関する悩みは保護者に相談していることが明らかになった。このことから、中学生は心理的な自立を試みようとしながらも、身体的な悩みは保護者に相談ができることが示された。また、学級の友だちも相談対象としてとらえられており、学校生活、あるいは家庭生活において身近かな相手に相談をしていることがうかがえる。小出・坂元（2001）は、3割以上の中学生が養護教諭に、「休ませてくれる」、「病気やけがの処置」ことを期待しており、「保健知識の提供」への期待は少ないことを指摘している。本研究では、特に女子が養護教諭への相談は、健康の悩みより心理の悩みの方が高い割合を表していた（Table 5）。このことから、養護教諭については、期待されているサポートが健康のみならず、心理の問題にも関わっていることが示唆された。

社会；すべての属性において、6割以上の生徒

は、学級の友だちに他者との関係の悩みを相談していることが示された。また、クラブの友だちや保護者も、相談相手としてとらえられている。メル友に関しては、どの属性でも1割程度の生徒が相談をすると回答していた。このことから、身近かな相談相手に加え、メールを介した間接的な友だちが有効なサポートとなる可能性が示された。この領域は、女子に関しては、6割が悩みを抱えていると同時に、相談のできることがTable 2 およびTable 5 で示されている。特に他の属性と比較し、顕著な相談相手は確認できなかったため、今後は各相談相手との親密度なども検討する必要があるだろう。後藤・廣岡(2005)は、「友人関係に関わるような深刻な悩みでは、親への相談抵抗が最も高く、その次が先生であった」と述べている。本研究では、保護者に相談する割合は2番目か3番目に高く、異なる知見が得られた。しかし、教師に関しては同様の見解が得られ、相談抵抗が高い可能性がうかがわれた。

進路；1年生では7割、その他の属性においては、8割以上の生徒が保護者に進路領域の相談をすると回答した。どの属性でも半数以上が学級の友だちに、3割弱以上の生徒が担任の教師にも相談をすることが分かった。コレスポンス分析を実施したところ、3年生は担任教師や各教科の教師の近くに位置していたことから、進路選択を踏まえて3年生はより専門的な相談相手を選択するようになると推察される。また、久世ら(1981)による研究では、3年生の進路選択に際し、重視する要因のひとつとして「先生の意見」をあげている。よって、3年生が進路選択において教師を相談相手のひとつとしてとらえていることには、時代的な変化はないといえよう。

領域全体；学習・心理・社会領域では、7割以上の中学生が学級の友だちを相談相手としてと

らえており、最大のサポート源であることが示された。健康と進路領域では、半数以上が学級の友だちに相談するものの、最大のサポート源は保護者であった。このことから、中学生は身体や進路に関する悩みを抱えた場合は、保護者のサポートを必要としながらも、学習や自分自身、他者との関係で悩みを抱えた場合は自立を試みようとしていることが推察された。

また、すべての領域・属性においてクラブの友だちよりも学級の友だちの方が相談相手としてとらえられていた。このことから、中学生は学級以外の友だちと触れる機会がありながらも、学校生活の大半を一緒に過ごす学級の友だちを相談相手としていることがうかがえた。さらに、1年生の心理・進路領域を除き、すべての領域・属性で、学級やクラブの友だちが、先輩・後輩よりも相談相手として多くとらえられていた。このことから、中学生は異学年より同学年の友だちに悩みを相談していることがうかがえた。1年生に関しては、先輩との関係に配慮しながらも、心理や進路領域の悩みを相談していると推察できる。今後、中学生が相談相手に望む要因として、接触の頻度や年齢を検討する必要があるだろう。

(3) 相談抑制理由

学習；「遠慮」はどの属性においても2割程度の生徒が理由としていた。3年生以外の属性においては、「相談内容の伝え方が分からない(以下相談スキルの欠如)」が最も高い割合を示していた。このことから、中学生は成績の伸び悩みや苦手な教科への取り組みについて、悩みながらも、自分の問題点を他者に伝えるスキルが低い可能性が示された。次に、「相談しても解決できない(以下呼応性への心配)」が高い割合を示していた。深谷ら(1999)によれば、中学生は1年生から2年生にかけての時期に、英語・数学の授業内容の難度が上がると感じて

いることを報告している。つまり、2年生にかけての時期に、学習での悩みも増加すると推測できる。本研究でも、学習領域での悩みを抱えている生徒の割合は、2年生が最も高かった (Table 2)。そのため、特に2年生の時期に、生徒の学習での悩みをサポートする体制が必要だといえよう。2年生の7割が、「学級の友だち」を学習における相談相手ととらえている。このことから、例えば授業におけるピアサポート体制を導入し、場合に応じて教師が適宜介入していくなどのサポートを検討していくことが必要であろう。

心理；どの属性においても6割程度もしくはそれ以上の生徒が相談を抑制している。そして、全体の4割の生徒が「相談スキルの欠如」のために他者への相談を抑制している。特に1年生は半数以上が「相談スキルの欠如」を相談抑制の理由としている。しかし、「自分のことを話したくない (以下自己開示への恐れ)」や「秘密が守られるか分からない (以下守秘への心配)」、「呼応性への心配」も2割が相談抑制の理由としている。これらのことから、心理に関する問題での相談抑制は、問題を伝えるスキルの欠如・自分の内面が晒されることへの不安や抵抗などが理由であるといえよう。

健康；女子は、4割が「自己開示への恐れ」を相談抑制の理由としていた。上長 (2007) は、女子の「発毛」や「初潮」などの発育は抑うつに影響しないが、「皮下脂肪がついてきた」ことに関しては抑うつ傾向が高いことを示している。近年は過激なダイエットへの警鐘が鳴らされつつも、瘦身体型が理想とされている。亀澤 (2001) も、女子は特に体重を他者に知られることを回避するようになることを指摘している。さらに三枝 (2001) も、女子は自分自身の容姿・外見に関する問題で悩んでいることを報告している。これらのことから、女子については、保

健教育の見地から、適切な自分の身体へのとらえ方や食生活の指導などの介入を検討する必要があるだろう。

社会；1年生では「呼応性への心配」、3年生では「自分で解決すべき (以下自己解決)」が最大の理由であった。特に3年生の「自己解決」が4割を越えており、この点においても自立性が高まっていることがうかがえる。2～3割の生徒は、「自己開示への恐れ」・「呼応性への心配」・「守秘への心配」を抑制理由としていた。このことから、他者との関係での悩みの抑制理由は、低学年の段階では相談をしても解決ができないという不安が主な要因であるが、高学年になると他者に援助を求めるのではなく、自立心の成長により自分自身で問題解決に取り組もうとするために相談が抑制されていると推察される。また、全体としては「相談スキルの欠如」が相談抑制の最大の理由であることが示された。この結果から、悩みや問題を抱えながらも4割以上の生徒が相談をもちかけるスキルがないために、他者に相談をするという問題解決に向けたアプローチができずにいることがうかがえる。

進路；この領域での抑制群の割合は最も低く、どの属性においても2割程度であった。全体では「自己開示への恐れ」が最も多い割合を占めていた。女子においては、「呼応性への心配」と同率で4割が相談抑制の理由としてあげていた。また、3年生では「自己解決」「ITで調べることができる (以下IT)」などが高い割合を示した。これは、近年の高等学校のホームページ (以下HP) の充実等が理由のひとつとしてあげられよう。各高等学校のHPにおいては、校風・カリキュラム・課外活動への取り組み・卒業後の進路・在校生の様子など、最新の情報を入手することが可能である。そのため、進路決定を目前に控えた3年生にとっては、ITを使用し進路選択に向けた情報を入手することが、

悩みを解決する方法のひとつである可能性が示された。

下村(2007)は、コンピュータによるキャリアガイダンスが中学生の進路選択に有効であることを示している。そのため、今後の中学生への進路面での援助については、ITの要因も加えて検討がなされるべきであろう。

全体領域；学習、心理、社会領域の悩みは、相談内容を伝達するスキルの欠如が相談抑制の最も多い理由となっていた。特に心理、社会領域では4割以上の中学生が抑制理由としてあげていた。「相談内容の伝え方が分からない」ことは、相談をしたくても相談ができないことがうかがえる。そのため、自分自身や他者との関係での悩みを相談したくてもできずにいる可能性があげられる。進路領域では、全体では「自己開示への恐れ」が最も多い抑制理由であったが、学年が上がるにつれ、割合は減少していた。この点に関しては、進路決定の時期などを踏まえた検討が必要であろう

総合考察

属性による差はみられたものの、中学生にとって学習および進路領域での悩みは相談がしやすいものであり、心理および健康領域での悩みは相談が抑制されるものであることが確認できた。また、社会領域での悩みは女子にのみ相談群が有意に多いことが確認された。女子の悩みは、6割が他者との関係に関わるものが多いが、同時に友だちや保護者に相談することのできる問題であることが示された。これにより女子の友だち関係が複雑であることをうかがえる結果が得られた。

相談抑制理由において、「自己解決」は心理・健康・社会・進路領域で、学年が上がるにつれて割合が高くなっている。このことは、中学生が依存から自立へと発達を遂げていることを如

実に示すものである。しかし、「自分で解決しなければ」という意識が強く、周囲に援助を求めたり、相談をしたりすることを抑制してしまうと、かえって成長を阻害してしまうおそれもある。例えば、自分ひとりで問題解決に取り組んでいるものの、問題が深刻で解決に至ることができない場合には、不適応状態に陥ってしまうこともある。特に自分自身の心の問題・友だちなどの他者との関係、自分自身の身体に関する変化、迷いながらの進路選択などは、後の不適応行動を発生させる要因になる。事実、文部科学省(2007)によれば、22,287名が友人関係をめぐる問題で、30,835名が病気以外の本人に関わる問題で不登校状態に陥っていることが明示されている。中学生の問題解決を援助するためには、周囲が自立を見守りつつも、適切な援助をする必要がある。そのため、中学生自身が自分の問題を適切に把握し判断する能力や他者に相談をもちかける能力が不可欠である。特に本研究では、学習・心理・社会領域で「相談スキルの欠如」が相談抑制の理由となっていることが示された。このことから、教育相談的介入として他者への援助要請スキルの習得が学校不適応に予防的な効果をもたらすことが期待できる。この場合の援助要請は決して依存ではない。周囲が相談に応じることによって、自立を促せるような取り組みが必要である。今後は欠如しているソーシャル・スキルを習得するソーシャル・スキル・トレーニングなども含めた実践的な検討が必要であろう。具体的に、「相談のスキル」に関しては、ロールプレイなどを用いて、周囲の援助者に相談をもちかけるスキル、自分が困っていることを伝達するスキルの習得などがあげられる。その際、適切に相談をもちかけられた場合と、適切に相談を持ちかけられなかった場合を検討することで、より効果的な相談スキルの習得が期待できよう。

また、中学生の相談相手としては、どの領域でも「学級の友だち」が高い割合を示しており、太田（2005）と同様の知見を得ることができた。しかし、学校適応や健康度と相談相手の関連は把握できていない。今後の研究においては、学校適応度や健康度により、相談相手がどのようにとらえられているのかを検討するべきであろう。本研究においては、友人などのボランティア的ヘルパーや保護者などの役割的ヘルパーはどの領域の悩みにおいても相談相手としてとらえられていた。一方、教師（専門的ヘルパー）に関しては、学習や進路の問題で担任教諭・各教科担任教諭が相談相手としてとらえられていた。これは、中学生は教師に対し、学習指導・進路指導という専門的なサポートを期待し、相談しているものと推察できる。しかし、心理・健康・社会の問題では、学級担任教諭や養護教諭が部分的にしか相談相手としてとらえられていないことが示された。嶋田（1996）は、精神的健康や適応の問題を考える際には、周囲のサポート源（家族・友人・教師）のサポート利用可能性の知覚バランスが有効な手段となることを提言している。つまり、心身の健康および他者との関係で不適応状態に陥らないようにするためには、友人や保護者をサポート源として知覚するだけでなく、教師もサポート源として知覚していくことが不可欠だと推察できる。しかし、教師に対しては中学生が評価懸念を抱くため、サポート源としてとらえられにくいこともあげられる。だが嶋田（1997）は、教師が子どもに対し、有効なサポート源になることを示した結果、教師サポート知覚が促進され、ストレス反応が減少したことを明らかにしている。継続研究においては、教師サポートの知覚を促進させること、あるいは中学生が必要とする教師サポートや中学生の問題解決に効果的な教師サポートを検討する必要がある。

多くの教師と接する機会があるのが中学校の利点である。本研究の結果を踏まえ、今後は教育相談的視点より、友だちや保護者などとあわせて、中学生の適切な援助者としての教師の役割を明らかにしていくことが期待される。

引用文献

- 深谷昌志（1999）. 要約 深谷昌志（監）モノグラフ・中学生の世界 vol.64 中学生生活をふり返って－中学3年生の3月調査から ベネッセコーポレーション, 2-5.
- 深谷野重（1999）. 中学校3年間 深谷昌志（監）モノグラフ・中学生の世界 vol.64 中学生生活をふり返って－中学3年生の3月調査から ベネッセコーポレーション, 43-54.
- gooリサーチ（2006）. 子どもの携帯電話利用状況に関する調査結果 NTTレゾナント株式会社・株式会社三菱総合研究所, 2-3.
- 後藤安代・廣岡秀一（2005）. 中学生が抱く「相談することに対する抵抗感」についての実態調査的研究 三重大学教育実践総合センター紀要, 25, 77-84.
- 石毛みどり・無藤隆（2005）. 中学生における精神的健康とレジリエンスおよびソーシャル・サポートとの関連－受験期の学業場面に着目して－教育心理学研究, 53, 3, 356-367.
- 石隈利紀（1999）. 学校心理学－教師・スクールカウンセラー・保護者のチームによる心理教育的援助サービス－ 誠信書房, 54-69.
- 伊藤武樹（1993）. 中学生の悩みとその対処行動 学校保健研究, 35, 4, 209-216.
- 岩瀧大樹（2007a）. 中学校入学時の子どもの期待・不安へのソーシャル・スキル・トレーニング効果の検討 日本学校教育相談学会第19回大会発表論文集, 24-25.
- 岩瀧大樹（2007b）. 中学生の教師への援助要請スキルに関する調査研究－学校生活適応に着目して－ 昭和女子大学大学院生活機構研究科紀要, 16, 2, 85-98.
- 亀澤信一（2001）. 生徒がこの1年で悩んだこと 深谷昌志（監）モノグラフ・中学生の世界 vol.70 中学生の悩み ベネッセコーポレーション,

- 33-34.
- 上長然 (2007). 思春期の身体発育と抑うつ傾向との関連 教育心理学研究, 55, 1, 21-33.
- 久世敏雄・原田唯司・後藤宗理・宮澤秀次・二宮克美 (1981). 中学生の進路選択と学校生活に対する意識に関する研究 名古屋大学教育学部紀要教育心理学科, 28, 235-252.
- 小出彌生・坂元めぐみ (2001). 中学生を対象とした学校生活と保健室に関する調査・研究 岡山大学教育学部研究集録, 18, 131-140.
- 三浦正江・坂野雄二 (1996). 中学生における心理的ストレスの継続的变化 教育心理学研究, 44, 4, 368-378.
- 水野治久 (2007). 中学生が援助を求める時の意識・態度に応じた援助サービスシステムの開発 平成16年度～平成18年度科学研究費補助金(基盤研究C(1))研究成果報告書(課題番号 16530423), 3-22.
- 水野治久・石隈利紀・田村修一 (2007). 中学生を取り巻くヘルパーに対する被援助志向性に関する研究—学校心理学の視点から— カウンセリング研究, 39, 17-27.
- 文部科学省 (2007). 平成17年度における児童生徒の問題行動等の状況 http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/18/09/06091103.htm
- 内閣府 (2007). 青少年の非行等問題行動 平成19年度版青少年白書 内閣府(編), 1-12.
- 野崎秀正 (2003). 生徒の達成目標志向性とコンピテンスの認知が学業的援助要請に及ぼす影響: 抑制態度を媒介としたプロセスの検証 教育心理学研究, 52, 2, 141-153.
- 太田仁 (2005). たすけを求める心と行動 援助要請の心理学 金子書房, 64-76.
- 三枝恵子 (2001). 中学生が抱く悩み 深谷昌志(監) モノグラフ・中学生の世界 vol.70 中学生の悩み ベネッセコーポレーション, 29-60.
- 櫻井聖子・青木喜久代 (2005). 中学生のメンタルヘルスと心理的サポート源としての保健室～保健室頻回利用者とサポート源を持たない生徒のメンタルヘルス検討の試み～ 学校保健研究, 47, 50-61.
- 嶋田洋徳 (1996). 知覚されたソーシャルサポート利用可能性の発達的变化に関する基礎的研究 広島大学総合科学部紀要IV理系編, 22, 115-128.
- 嶋田洋徳 (1997). 児童のストレス反応の軽減に及ぼすソーシャルサポートの効果 —先生へのサポート期待の介入— 日本教育心理学会総会発表論文集, 39, 231.
- 島田泉・高木修 (1994). 援助要請を抑制する要因の研究1) —状況認知要因と個人特性の効果について— 社会心理学研究, 10, 1, 35-43.
- 下村英雄 (2007). 中学校におけるコンピュータを活用したキャリアガイダンスが進路自己効力感に与える影響 教育心理学研究, 55, 276-286.
- 初等中等教育局参事官 (2006). 初等中等教育の情報教育に係る学習活動の具体的展開について 文部科学省 http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/zyouhou/main18_a2.htm
- 高木修 (1998). 人を助ける心 援助行動の心理学 セレクション社会心理学-7 サイエンス社, 17-62.
- 田村修一・石隈利紀 (2002). 中学校教師の被援助志向性と自尊感情の関連 教育心理学研究, 50, 3, 291-300.
- 田崎敏昭・橋本真喜子 (2006). 児童・生徒の心理的困難時における自己援助と援助要請 (II) 福岡女学院大学大学院紀要・臨床心理学, 3, 47-51.
- 鶴養啓子 (2004). いま, 思春期の友だち関係はどうなっているか 児童心理11 金子書房, 1-9.
- 山口豊一・水野治久・石隈利紀 (2004). 中学生の悩みの経験・深刻度と被援助志向性の関連—学校心理学の視点を生かした実践のために— カウンセリング研究, 37, 241-249.

(いわたき だいじゅ 生活機構学専攻2年)

受理年月日 平成19年9月28日

審査終了日 平成19年12月3日