

中学生のこころの問題の検討 － 中学1年生の中学生活半年での変化－ Study of mental health in junior high school students

中村仁志, 太田友子, 丹 佳子
Hitoshi Nakamura, Tomoko Ota, Yoshiko Tan

キーワード：中一ギャップ、学校生活、こころの問題、DSRS-C

はじめに

中央教育審議会初等中等教育分科会学校段階間の連携・接続等に関する作業部会¹⁾では、平成24年7月13日付の「小中連携、一貫教育に関する主な意見等の整理」として、児童が小学校から中学校への進学において、「新しい環境での学習や生活へ移行する段階で、不登校等が増加したりするいわゆる中一ギャップが指摘されている。各種調査によれば、『授業の理解度』『学校の楽しさ』『教科や活動の時間の好き嫌い』について、中学生になると肯定的回答をする生徒の割合が下がる傾向にあることや、『学習上の悩み』として『上手な勉強の仕方がわからない』と回答する児童生徒数や、暴力行為の加害児童生徒数、いじめの認知件数、不登校児童生徒数が中学校1年生になったときに大幅に増える実態が明らかになっている」としている。

こうした小学校から中学校の接続における生徒の問題増加に関して中一ギャップという言葉を使い始めたのは新潟県教育委員会²⁾によってであり、平成17年辺りからだと言われている。新潟県教育庁³⁾では、中一ギャップ解消プログラムを作成し、その中で、「中一ギャップには、中学1年生でいじめや不登校が急増するという現象面のギャップと、中学に進学した子どもたちが感じる小・中学校間の学校制度や教職員の指導等のギャップという2つのとらえ方がある」としている。

中一ギャップなどによる学校不適応防止のために小泉^{4) 5)}は「ある新環境が意味のある環境となるような拠点」として、「人間と環境との相互交流（す

なわち相互作用によって双方が変化していくこと）を促進する人間・環境システム内の要素」とした「アンカーポイント」の必要性をあげている。そうしたことから、スクールカウンセリングの活動の一環もアンカーポイントとして機能すればよいと考えている。

そこでスクールカウンセラーとして毎年M中学校1年生を対象に、こころの問題について調査を行っている。この調査により、生徒の心理的・精神的状態の変化や発達状況を捉えるための分析を行うことで、不適応を起こさず学校生活を送れる支援のためのデータとして活用している。

平成24年度は入学して1ヶ月後の5月に1回目の調査を行い、入学して約半年後の10月に2回目の調査を行った。中学生に対するこころの健康調査および「色彩樹木画」で得られた情報をもとに、約半年間での中学生生活適応状況を明らかにし、支援を行なうためのポイントを明確にする検討を行った。

研究方法

- 1) 対象：平成24年に入学した、B中学校1年生80人を対象とした。
- 2) 方法：クラス毎に「こころの健康調査」として5月と10月の2回、以下の調査を行った。
- 3) 調査項目：
 - ①学校生活についての質問および困っていること8項目
 - ②抑うつに関する質問を中心にこころの問題を加えた31項目

(DSRS-Cの18項目を含む)

③ 16色のクレヨンで描く「色彩樹木画」テスト(5月のみ)

描いた木についての質問(8項目)

分析はSPSS Ver 17 for Windowsを用い、Mann-Whitney U、t-testを行った。

4) 倫理的配慮

この調査は個人相談時に使うとともに、研究で使わせてもらう場合があり、研究で使う場合、個人情報をもれないように十分配慮することを口頭と文書で説明し、文書は保護者に見せるよう伝えた。

結果

1) こころの健康調査

平成24年5月と10月にB中学校1年全員80人を対象に調査を行い、有効回答数76人(95.0%)であった。

①学校について

学校について「すごく楽しい」、「楽しい」、「楽しくない」の3択で聞いたところ、「すごく楽しい」生徒が5月から10月で33人(43.4%)から49人(64.5%)と増加していた。全体的に見ると「楽しくない」から「楽しい」方へ有意に変化していた($p < .01$)。

5月に「楽しくない」と答えていた生徒2人(2.6%)について、「勉強が全く分からないから『楽しくない』」と答えていた生徒は、「友達といろいろな話ができるから『楽しい』」に変化し、「勉強ばかりだから『楽しくない』」と答えていた生徒は、「勉強とかがきらいだから、でも友だちと遊ぶときは楽しい『楽しい』」と答え、学校が「楽しくない」と答えた生徒はいなくなった。また、学校では「友だち」がないと答えた生徒は、5月・10月共にいなかった($n=76$) (図1)。

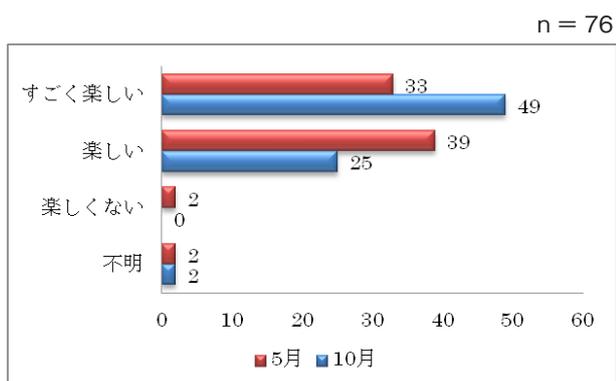


図1 学校について

②勉強について

勉強について5月から10月で、理解度については「わかる」から「わからない」方へ有意に変化($p < .01$)し、楽しさについて、「楽しい」から「楽しくない」方へ有意に変化($p < .05$)していた($n=76$) (図2.3)。

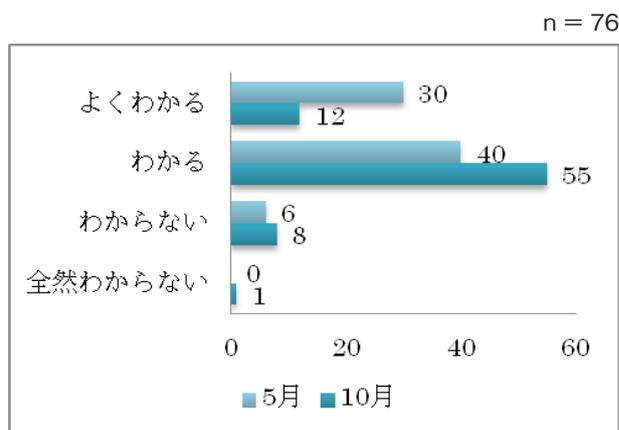


図2 勉強について (理解度)

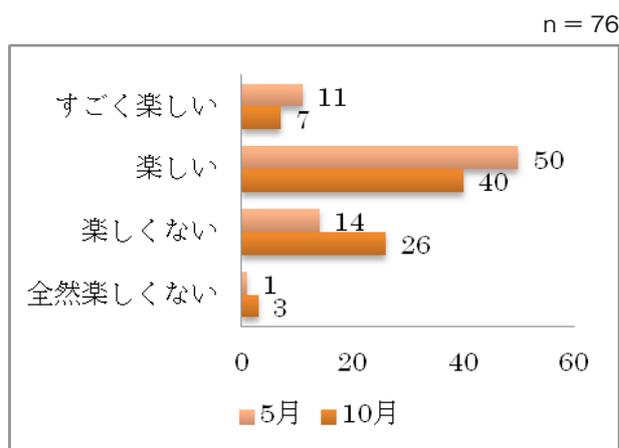


図3 勉強について (楽しさ)

③困っていること

今、「困っていること」について「こころの問題」を含む8項目について聞いたところ、5月では16人(21.1%)に困りごとがあり、内容は21件で「身体」のことが6人(7.9%)と最も多かった。10月でも16人(21.1%)に困りごとがあり、内容は18件で、「勉強」のことが5月の7人(9.2%)から14人(18.4%)と多くなっていた(図4)。

n = 76

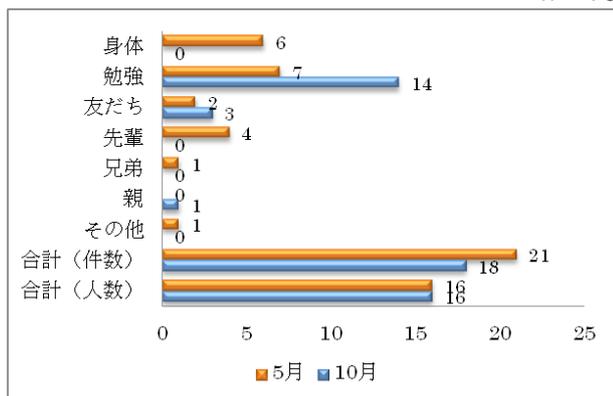


図4 困っていること

困っていることについて、さらに自由記載で聞いたところ、5月には12人(15.8%)の生徒が13件の相談内容を書いていたが、10月には6人(7.9%)、7件と減っており、7件中6件が「勉強について」であった(表1)

表1 困っていること(自由記載)

【5月】12人(13件)		【10月】6人(7件)	
先輩との関係	2件	勉強について	6件
身体のこと	5件	部活の人間関係	1件
勉強について	1件		
人の評価が怖い	3件		
イライラする	1件		
その他	1件		

④ ころろに関連した状態16項目

ころろに関連した項目16項目を「いつも」、「時々」、「ない」の3択で聞いた(表2)。

表2 心に関連した16項目

【質問項目】

- ①よく眠れない
- ②こわい夢を見る
- ③気分がしずむことがある
- ④ちょっとしたことでもびくっとすることがある
- ⑤人と話す気にならないことがある
- ⑥いらいらしやすい
- ⑦体が緊張しやすいことがある
- ⑧自分は悪い人間だと思ふことがある
- ⑨いやなことを思い出すことがある
- ⑩気持ちがぐらぐらすることがある
- ⑪食欲がないことがある
- ⑫遊びや勉強に集中できないことがある
- ⑬よく頭が痛くなる
- ⑭おなかが痛くなることがある
- ⑮何か不安だ
- ⑯やる気がない

5月で最も多かった項目は「いやなことを思い出すことがある」であり、17人(22.4%)が「いつも」と答えていた。しかしながら、10月では6人(7.9%)であり、有意に減っていた(p < .05)。

5月、10月であてはまる*生徒が最も多かった項目は「体が緊張しやすいことがある」で5月、10月共に55人(72.4%)であった(図5)(n=76)。

*「あてはまる」=「いつも」+「時々」

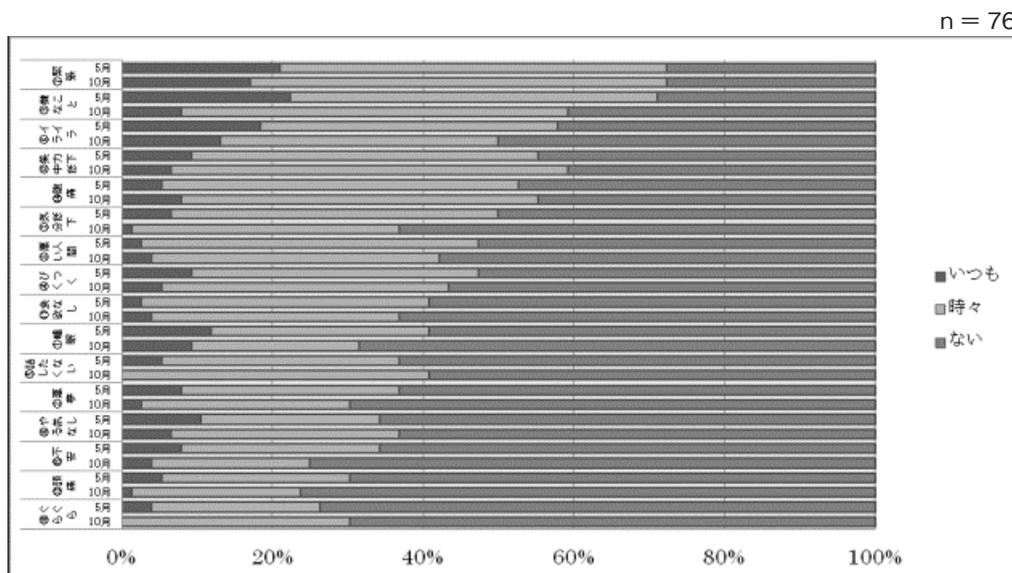


図5 ころろに関連した状態16項目

⑤ DSRS-C (パルソン児童用抑うつ性尺度) 18項目
DSRS-Cの18項目を「いつも」、「時々」、「ない」の3択で聞いた(表3)。

5・10月で「やろうと思ったことがうまくできる(ない)*」にあてはまる(「いつも」+「時々」)生徒が最も多く、この項目のみ有意に10月が多くなっていた(p<.05)(n=76)(図6)。

平均ポイントは5月が8.0±5.0pointで、10月は8.0±4.6pointだった。この間の有意差は見られなかった。

抑うつ状態を示すCut-off 16point以上の生徒は、5月が6人、10月が3人だった。10月の3人(図下段)は5月にも16point以上の抑うつ状態だった(図7)。

⑥「困りごと」・「勉強について」とDSRS-C point
「困りごと」の有無と「勉強の理解度」、「勉強の楽しさ」について、5月と10月のDSRS-C pointを比較したところ、「勉強の理解度」については5月に「わからない」と答えた生徒は有意にpointが高く、「勉強の楽しさ」については、5月と10月ともに「楽しくない」と答えた生徒も有意にpointが高かった(n=76)(表4)。

表3 DSRS-Cの18項目

【DSRS-C 質問項目】	
①	楽しみにしていることがたくさんある*
②	とてもよく眠れる*
③	泣きたいような気がする
④	遊びに出かけるのが好きだ*
⑤	逃げ出したいような気がする
⑥	おなかが痛くなることがある
⑦	元気いっぱいだ*
⑧	食事が楽しい*
⑨	いじめられても自分で「やめて」と言える*
⑩	生きていてもしかたがないと思う
⑪	やろうと思ったことがうまくできる*
⑫	いつものように何をしても楽しい*
⑬	家族と話すのが好きだ*
⑭	こわい夢を見る
⑮	ひとりぼっちの気がする
⑯	落ち込んでいてもすぐに元気になる*
⑰	とてもよく悲しい気がする
⑱	とてもたいくつな気がする

n = 76

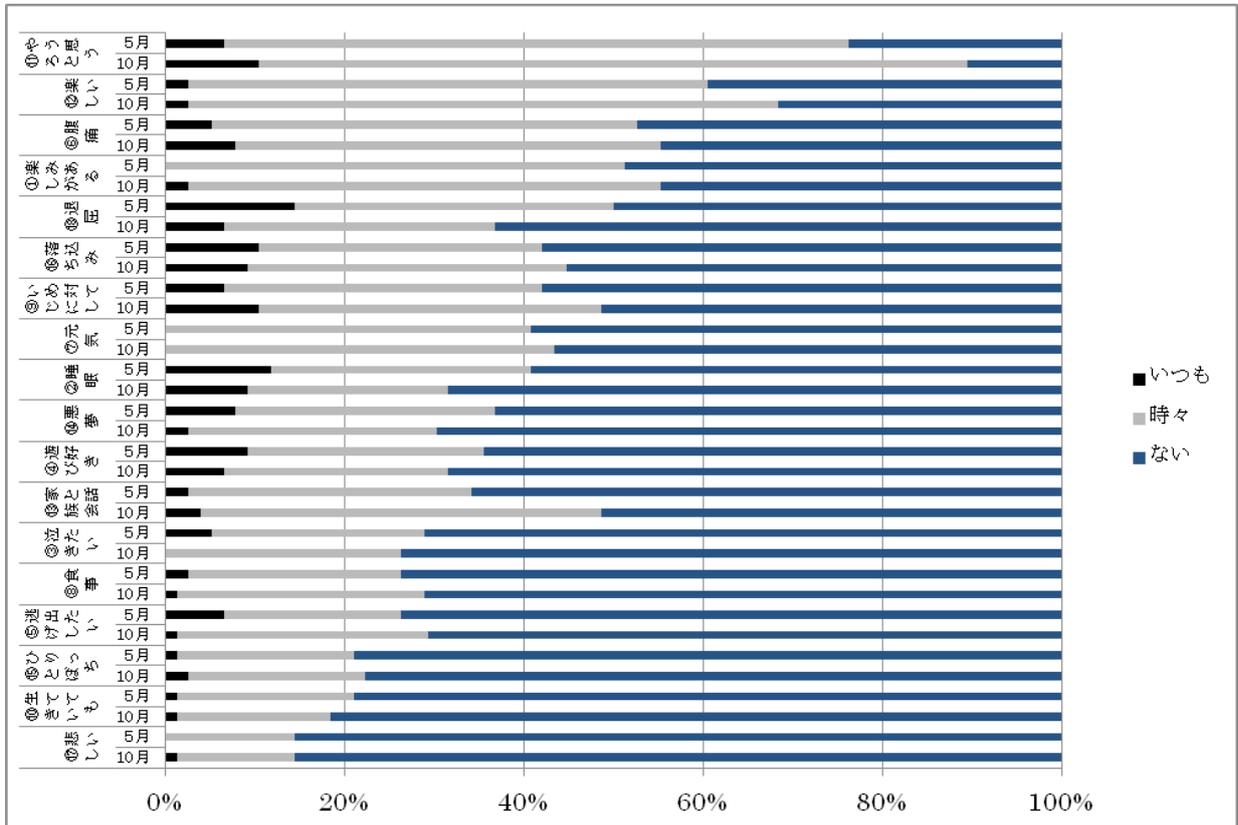


図6 DSRS-Cの18項目

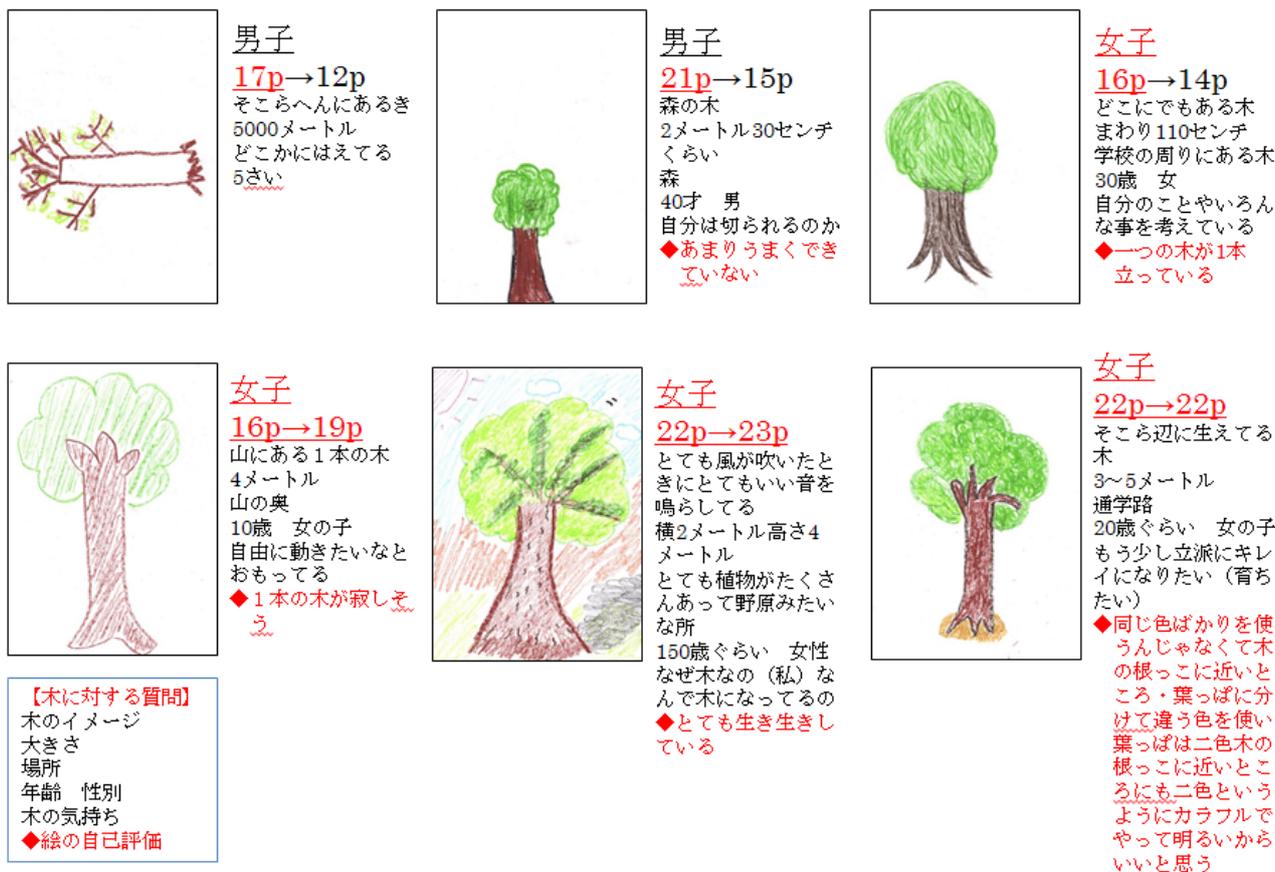


図7 5月の「色彩樹木画」DSRS-C 16point以上

表4 「困りごと」・「勉強について」とDSRS-C pointの比較

n=76

			人数	DSRS-Cpoint	t 値	有意確率
困りごと	5月	なし	60	7.42±4.72	-1.86	0.067
		あり	16	10.00±5.72		
	10月	なし	60	7.63±4.02	-1.49	0.140
		あり	16	9.56±6.40		
勉強はわかる	5月	わかる	70	7.61±4.84	-2.10	0.039
		わからない	6	12.00±5.76		
	10月	わかる	67	7.79±4.34	-1.28	0.205
		わからない	9	9.89±6.49		
勉強は楽しい	5月	楽しい	61	7.21±4.29	-2.11	0.050
		楽しくない	15	11.00±6.61		
	10月	楽しい	42	7.04±4.21	-2.47	0.016
		楽しくない	29	9.66±4.92		

⑥「生きていてもしかたがないと思う」項目

特に気になる項目である「生きていてもしかたがないと思う」について、「いつも」もしくは「時々」と答えていたものは5月に16人(21.1%)、10月に14人(18.4%)だった。

5月に「いつも」と答えていた1人は、10月には「時々」に変化し、10月に「いつも」と答えていた1人は、5月には「時々」であった(図7)。

5月・10月共に「いつも」もしくは「時々」と答えていたものは8人であり、男女差はなかった。



図7 「生きていてもしかたがないと思う」に「いつも」と答えた生徒の樹木画

考察

先行研究^{6) 7) 8)}では小学校から中学校に進学する過程で、対人面(教師や級友)での関係悪化や不安、学習面での不安、自尊心の低下などが学校不適応状態を起こす要因とされている。五十嵐⁹⁾は、中学年代での不登校の増加について、「小中学校各段階の生活スキルは、それぞれの段階での不登校傾向と関連しているほか、中学進学にともなって不登校傾向が増大する者には、何らかの学校生活スキルの低さが認められると考えられる」としている。また五十嵐⁹⁾は、学校生活スキル(中学生版)¹⁰⁾により「自己学習スキル」「進路決定スキル」「集団活動スキル」「健康維持スキル」「同輩とのコミュニケーションスキル」と不登校傾向を比較し、『別室登校を希望する不登校傾向』と『精神・身体症状を伴う不登校傾向』は、いずれも『自己学習スキル』『健康維持スキル』『同輩とのコミュニケーションスキル』と負の関係が見られた」としている。さらに『在宅を希望する不登校傾向』については、これらの傾向に加え『集団活動スキル』と負の傾向が示された

とし、「これらのスキルの低さと不登校傾向の高さは関連性があると言えよう」と結論づけている。こうした中一ギャップでの学校不適応状態の要因を学校生活スキルに見いだしている。

今回の、M中学校の1年生を対象に、中一ギャップなどによる学校不適応防止の目的で毎年5月に行っている調査をH24年度は5月と10月の2回実施し、比較検討した。

半年の中学での生活で、新たな科目が加わり、教科担当教師によって行われる小学校とは違う学習で、徐々に勉強がわからなくなり、それに伴い勉強が楽しくなくなって来つつある様子が見られた。しかしながら、半年で中学校生活には慣れてきて、新たな友達もできることで、若干の困りごとはありながら殆どの生徒が学校生活に楽しさを感じることができていた。特に勉強に対する苦手意識から5月に学校が楽しくないと答えていた生徒も、友だちが出来たことにより、楽しい学校生活が送れる兆しが見えてきていた。良い友だち関係を持つことが学校生活に良い影響を及ぼす要因と考えられる。右高¹¹⁾

の調査でも、中学生で「『授業があまりよくわからない』と答えた生徒が約30%前後もいる中で『学校が楽しい』と答えている率が65%以上と高い数値であり、中学生では授業は学校生活の大きな部分を占めるものであるが、さらに学校生活を大きく左右するものが他にあり、その大きな要素が『友だち』との関わりなどである事を示している」と報告している。今回の結果からも「勉強」よりも「友だち関係」の重要性を見ることができた。

しかしながら、牛島¹²⁾は、現在の子どもの人間関係について「同年配の子どもの世界は消えてしまったということである。中高生の相手をしている限り、かつてみた真の同世代関係は消えてしまったのではないかと思うほどに、純粋なギャング集団を見ることは少なくなった」と子どもの成長段階の中で、ギャング体験¹³⁾を通して3者関係から仲間の獲得へ続く健康的な人間関係能力の構築プロセスが、危うくなっていることを指摘している。野邑¹⁴⁾はこのギャング体験について「この年代の子どもは気の合った同姓の友人で閉鎖的な集団を作り、活動することを好む。その集団特有のルールをそれぞれが遵守し、大人の保護や干渉を排除して、時には集団で反抗的な態度やちょっとした悪さを行う」としている。この年代の仲間意識をはぐくみ、思春期の入り口におけるなんとはなしの不安感を解消しようとする、こうした閉鎖的な集団が作れなくなっている現状を牛島¹²⁾は指摘しているのだが、今回の調査結果は、こうした集団構築に至らず、友だち関係が不安定な現状であっても、「友だち関係」を求め、そこにうれしさ、楽しさを得ようとし、友だちを持つことでの満足感を感じている健康的な姿がここに現れているとも考えられる。

ここに関連した項目では「緊張のしやすさ」や「いらいらする」などに該当する生徒が多く、学校生活でストレスを感じている様子と同時にこの時期の思春期心性が伺えた。また、「いやなことを思い出すことがある」と答えたものが半年の間に有意に減っており、中学生になり学校生活で小学校と違うストレスを感じている反面、半年の間に中学校生活に慣れてきているところも伺えた。

DSRS-Cでは、抑うつ傾向にあるものが5月で6人(7.9%)であり、10月には3人(3.9%)と減っていたが、10月の3人は5月も抑うつ傾向であり、見守りの必要な生徒と考えられる。またDSRS-C

の項目のうち「やろうと思ったことがうまくできる(できない)」に該当する生徒が最も多く、5月と比べ10月には有意に多くなっていた。この時期について野邑¹⁴⁾は「自己を他者の視点で見ることができるというプラス面と、他者からの評価に敏感になるという、場合によってはマイナスになり得る面とが認められる」としており、自分と他人を比較しながら、自己評価をし、できることに有頂天にならず、できないことにも向き合う姿として捉えられる。しかし、できないことに向き合う苦しさも感じている結果がここに出ているのであろう。また、有意差はなかったが「家族と話すのが好きだ(ではない)」生徒が多くなっており、ここに関連した項目の結果同様、親への反抗傾向は子どもの心性から大人のコ心性に変化していく過渡期であるこの年代の特徴だと考えられる。さらに「生きていてもしかたがないと思う」項目に該当する生徒が「時々」を入れて約20%おり、これらの生徒も注意、見守りが必要な生徒と考えている。

今回、学校生活と抑うつとの関係を調査し、学校生活での困りごとに対する反応を見てきた。特に「勉強の理解度」の度合いと、「勉強の楽しさ」の度合いが、学校生活半年間で有意に負の方向に移行していた。そこには中学の勉強の難しさが見られたが、勉強の「楽しい」か「楽しくない」かは抑うつ状態と関連し、「勉強の理解度」については、半年経つと理解できないことに対する開き直りのように、抑うつとの関係がはっきりとは見られなくなっていた。勉強の理解より先に「楽しい」と思える介入方法が必要と考えられる。

まとめ

- ①中学入学後半年間で勉強に遅れが見えはじめ、勉強が楽しくなくなる生徒が多くなっていた。
- ②学校生活には慣れてきて、友達もいることで、楽しさを感じていた。学校が楽しくないと答えていたものも、友だちが出来たことにより、楽しい学校生活を送れる兆しが見えてきていた。
- ③「緊張のしやすさ」や「いらいらする」など、学校生活ではストレスを感じている様子が伺えた。「いやなことを思い出すことがある」と答えたものが半年の間に有意に減っていた。
- ④DSRS-Cでは、抑うつ傾向にあるものが5月で6人、10月には3人であった。

- ⑤「やろうと思ったことがうまくできない」項目に当てはまるものが最も多く、10月には有意に多くなっていた。また、有意差はなかったが「家族と話すのが好きだ（ではない）」ものが多くなっていた。
- ⑥ DSRS-C の point と困りごと・勉強との比較では、困りごとの有無ではポイントに差はなかったものの、勉強については「わかる」が5月に、「楽しい」では5月・10月に有意差があった。
- ⑦「生きていてもしかたがないと思う」生徒が「時々」を入れて約20%いた。
- ⑧抑うつ傾向の続く生徒、「生きていてもしかたがないと思う」生徒は見守りが必要である。

文献

- 1) 中央教育審議会初等中等教育分科会学校段階間の連携・接続等に関する作業部会：小中連携、一貫教育に関する主な意見等の整理、p6、2012.
- 2) 新潟県教育委員会：中一ギャップ解消調査研究事業報告書、2005.
- 3) 新潟県教育庁：きょういく eye、Vol.2-03（通巻7号）、2008.
- 4) 小泉令三：中一ギャップにみる中学生とその対応、精神療法、Vol.38 No.2、43-49、2012.
- 5) Koizumi R:Anchor points in transition to a new school environment ,Journal of Primary Prevention ,20,175-187,2000.
- 6) 加藤美帆 木村文香：小中移行期における「学校不適応」に関する考察、パネル調査の分析から、お茶の水女子大学子ども発達教育研究センター紀要、Vol.4、67-73、2007.
- 7) 小泉令三：中学校入学時の子どもの期待・不安と適応、教育心理学研究、43(1)、58-67、1995.
- 8) 都筑学：小学校から中学校にかけての子どもの「自己」の形成、心理科学、25(2)、1-10、2005.
- 9) 五十嵐哲也：中学進学に伴う不登校傾向の変化と学校生活スキルとの関連、教育心理学研究、59、64-76、2011.
- 10) 飯田順子 石隈利紀：中学生の学校生活スキルに関する研究：学校生活スキル尺度(中学生版)の開発、教育心理学研究、50(2)、225-236、2002.
- 11) 右高和生：児童・生徒の学校と課程における生活とストレス－市内小学校と中学校の実態調査の結果から－、中部大学現代教育学部紀要、第1号、179-189、2009.
- 12) 牛島定信：現代青年かたぎ2012、精神療法、Vol.38 No.2、5-11、2012.
- 13) Bros P:On Adolescence Free Press, 1962. (野沢栄司訳：青年期の精神医学、誠心書房、1971.)
- 14) 野呂健二：現代の青年期心性と精神医学、精神科治療学、26 (5)、523-527、2011.

要旨

平成24年度、M中学校1年生80人を対象として5月と10月に行ったこころの健康調査(DSRS-Cの18項目を含む)および「色彩樹木画」で得られた情報をもとに、約半年間での中学生生活適応状況を明らかにし、支援を行なうためのポイントを明確にする検討を行った。結果として、中学入学後半年間で勉強が遅れが見えはじめ、勉強が楽しくなくなるものが多くなっていた。学校生活には慣れてきて、友達もがいて、楽しさを感じていた。「緊張のしやすさ」や「いらいらする」など、学校生活ではストレスを感じている様子が伺えたが、学校生活に慣れたことによって、「いやなことを思い出すことがある」と答えたものが半年の間に有意に減っていた。「やろうと思ったことがうまくできない」、「家族と話すのが好きだ（ではない）」が10月には増加しており、思春期での成長を感じられた。DSRS-Cでは、抑うつ傾向にあるものが5月で6人、10月には3人であった。項目「生きていてもしかたがないと思う」ものが「時々」を入れて約20%いた。こうした生徒については、若干見守りが必要と思われる。DSRS-Cのpointと勉強については「わかる」が5月に、「楽しい」では5月・10月に有意差があった。