



# 思春期のセルフエスティーム、ストレス対処スキルの発達と危険行動との関係

川畑, 徹朗 ; 石川, 哲也 ; 近森, けいこ ; 西岡, 伸紀 ; 春木, 敏 ; 島井, 哲志

---

**(Citation)**

神戸大学発達科学部研究紀要, 10(1):83-92

**(Issue Date)**

2002-09

**(Resource Type)**

departmental bulletin paper

**(Version)**

Version of Record

**(JaLCOI)**

<https://doi.org/10.24546/81000497>

**(URL)**

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/81000497>



# 思春期のセルフエスティーム、ストレス対処スキルの 発達と危険行動との関係

川畑徹朗\*<sup>1</sup> 石川哲也\*<sup>1</sup> 近森けいこ\*<sup>2</sup>  
西岡伸紀\*<sup>3</sup> 春木敏\*<sup>4</sup> 島井哲志\*<sup>5</sup>

Development of Self-Esteem and Stress Management Skills and  
their Relationships with Risk Behavior among Early Adolescents

Tetsuro KAWABATA\*<sup>1</sup> Tetsuya ISHIKAWA\*<sup>1</sup> Keiko CHIKAMORI\*<sup>2</sup>  
Nobuki NISHIOKA\*<sup>3</sup> Toshi HARUKI\*<sup>4</sup> Satoshi SHIMAI\*<sup>5</sup>

## I. はじめに

今日の我が国における主要な死亡原因であるがん、心臓病、脳血管疾患の発生と進行には、喫煙、過度の飲酒、偏った食生活、運動不足など、人の取る行動が深い関わりを持っている。また、近年になって次第に深刻化している青少年の薬物乱用、早期の性行動、いじめ、暴力、不登校などの行動は、短期および長期の健康問題を引き起こすだけでなく、彼らの知的・情緒的・社会的発達にも重大な影響を及ぼす。こうした危険行動は人生の比較的早い段階において形成され、一度形成されるとその変容が困難であることから、できるだけ早期から健康教育を実施して、その発現を防止することが重要視されている。

青少年の危険行動を防止するためには、単に危険行動によってもたらされる結果に関する知識を提供するだけの健康教育では限界があり、危険行動の形成に関わる要因および要因間の関係を明らかにし、そうした知見から導かれた妥当な理論に基づいた健康教育を実施する必要がある。これまでに国内外で実施された数多くの研究によって、こうした危険行動は青少年にとって重要な周囲の人、例えば家族や友人などの行動や態度、あるいは宣伝・広告などのマスメディアを含む社会的要因の影響を強く受けていることが示されている。また近年になって、喫煙行動を始めとするさまざまな危険行動の形成に関わる共通の要因として、意志決定、目標設定、ストレス対処、コミュニケーションスキルなどの一般的心理社会能力（ライフスキル）やセルフエスティームに対して研究の関心が向けられるようになり、とりわけセルフエスティーム、すなわち自分の価値、能力、適性などに対する自己評価<sup>1)</sup>と喫煙行動との関係については、我が国においても幾つかの研究<sup>2-6)</sup>が既に実施されている。そしてこれらの研究は一致して、セルフエスティームと喫煙行動の間には負の関係があることを示している。また島井ら<sup>7)</sup>は、小・中学生のストレス対処スキルと間食行動との関係について検討し、健康的な間食の選択と積極的な対処スキルとの間に、また外発性間食や情動性間食など、問題のある間食行動と消極的対処スキルとの間に関連性があることを示している。

以上の結果は、我が国の青少年の危険行動を防止するためには、社会的要因の影響に対処するスキ

\*1神戸大学発達科学部 \*2神戸大学大学院総合人間科学研究科  
\*3兵庫教育大学学校教育学部 \*4兵庫大学健康科学部 \*5神戸女学院大学人間科学部

(2002年4月30日 受付)  
(2002年5月31日 受理)

ルの形成に加えて、セルフエスティームやストレス対処スキルを高めることが有効であることを示唆している。しかし喫煙行動以外の危険行動に関する研究の蓄積は少なく、また川畑ら<sup>6)</sup>の研究を除けば横断データに基づくものである。そこで本研究においては、喫煙などの危険行動が表れ始める小学校4年から中学校3年までの時期を対象とした6年間の縦断調査を実施し、セルフエスティームとストレス対処スキルの発達の変化を明らかにするとともに、それらと喫煙、飲酒、朝食、運動との関係を検討することによって、青少年のさまざまな危険行動を防止するためにセルフエスティームやストレス対処スキルを高めることの妥当性を検証することを主な目的とした。

## II. 方法

### 1. 対象

新潟県新潟市の小学校1校の4年生を、平成8年度から6年間にわたる縦断調査の対象とした。表1には各年度の調査対象者数を示した。

表1 性別・学年別対象者数

	小4	小5	小6	中1	中2	中3
男子	85	89	91	89	88	86
女子	78	76	78	76	75	74
計	163	165	169	165	163	160

### 2. データ収集

調査は各年度とも11月から1月の時期に（小学校5年時と中学校3年時は1月実施）、調査対象クラスの学級担任が、研究者によって作成された調査実施者用手引書に従って実施した。調査実施者用手引書には、児童生徒への説明や指示を具体的に記すとともに、指示内容以外の説明を行わないように求めて、調査実施方法の統一を図った。

調査項目の中には、喫煙や飲酒など、未成年者においては法律によって禁止されている行動も含まれているので、できるだけ正確な回答を得るために、回答した内容についての秘密の保持に配慮した。第一に調査は自記入式の無記名調査とした。第二に記入後はあらかじめ各人に配付した封筒に記入済みの調査票を入れ、封をさせた。第三に調査中は机間巡視をしないように調査実施担当教師に求めた。

縦断調査のデータ照合のために、初年度の調査時に4桁のID番号を印字した6枚のタックシールが入った小封筒を無作為に各人に配布した。児童生徒は、調査票に記入後、調査票の所定の位置にシールを貼り、残りのシールは各自が小封筒に入れて密封し、小封筒の表紙に自分の名前を書いた後に返却した。回収した小封筒は研究者が保管し、次年度の調査実施時に調査実施者が再配布した。

### 3. 調査項目と解析法

図1には本調査の質問項目間の関係を、Greenら<sup>8)</sup>のプリシードモデルに基づいて概念化して示した。以下では、本研究の中心的内容に関わる質問項目を中心に説明する。

セルフエスティームの測定には、これまで我が国で実施された横断研究によって、喫煙を始めとする危険行動との関係が示唆されている尺度、

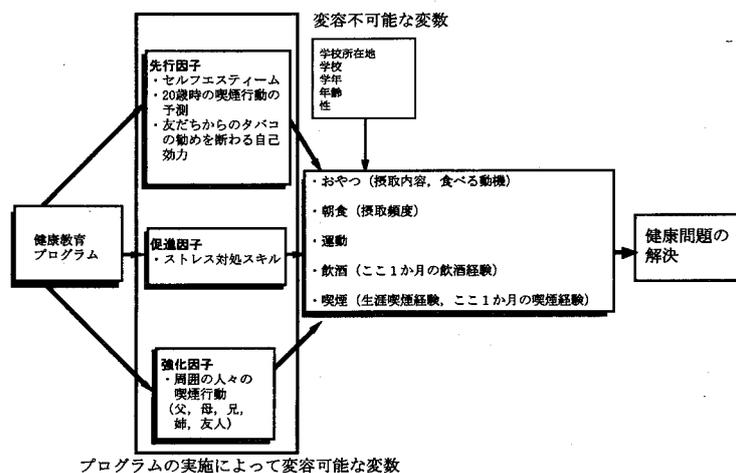


図1 質問項目間の関係

## 思春期のセルフエスティーム、ストレス対処スキルの発達と危険行動との関係

すなわち、全般的なセルフエスティームを測定するためのRosenbergの尺度<sup>9)</sup>と、領域別のセルフエスティームを測定するためのHarter<sup>10)</sup>そしてPopeら<sup>11)</sup>の尺度の一部を用いた。

全般的なセルフエスティームを測定するRosenbergの尺度は10項目から成っている。回答形式は3件法(1. よくそう思う, 2. ときにはそう思う, 3. ほとんどそうは思わない)であり、各項目の選択肢は数値が大きいほどセルフエスティームが高くなるように変換し、合計得点(10~30点)を求めた。すなわち得点が高いほど全般的なセルフエスティームが高いことを示している。

Harterの尺度からは「学習」、「友人」、「運動」の3つの下位尺度を用いた。各下位尺度は7項目から構成され、各領域の認知された有能感を測定している。回答形式は2回の2件法による4段階評定である。例えば対象者は「イ 勉強はとてよくできると思います」と「ロ 勉強は、よくできるかどうかわかりません」の2つの記述のうち、自分によりあてはまる方を選ぶ。続いて「だいたいあてはまる」か「とてよくあてはまる」かのいずれかを選ぶ。得点化の方法は、各項目について有能性を最も高く認知している反応を4点、最も低く認知している反応を1点とし、各下位尺度の合計得点(7~28点)を求めた。すなわち得点が高いほど各領域の認知された有能感が高いことを示す。

Popeらの尺度からは「身体」と「家族」の2つの下位尺度を用いた。各下位尺度は10項目から構成され、「身体」は自分の容貌や体型などに関するセルフエスティームを、「家族」は家族の一員としての自分に関するセルフエスティームを測定している。回答形式は3件法(1. よくそう思う, 2. ときにはそう思う, 3. ほとんどそうは思わない)であり、各項目の選択肢は数値が大きいほどセルフエスティームが高くなるように変換し、各下位尺度の合計得点(10~30点)を求めた。すなわち得点が高いほど各領域におけるセルフエスティームが高いことを示している。

ストレス対処スキルの測定には坂野らの尺度<sup>12)</sup>を用いた。この尺度は「積極的対処」と「消極的対処」の2つの下位尺度から構成されている。すなわち積極的対処とは「どうすればよいか、計画を立てる」などのように、ストレスの原因に対して積極的に立ち向かう行動(10項目)であり、消極的対処とは「その問題についてあまり考えないようにする」などのように、ストレスの原因から逃げたり、問題を先送りする行動(5項目)である。回答形式は4件法(1. 全然そうしない, 2. あまりそうしない, 3. 時々そうする, 4. よくそうする)であり、各項目について選択肢の数値をそのまま得点化し、各下位尺度の合計得点(積極的対処: 10~40点, 消極的対処: 5~20点)を求めた。すなわち得点が高いほど各対処スキルをよく使うことを示している。

喫煙行動に関してはJKYB<sup>13)</sup>およびJASS<sup>14)</sup>の定義にならない、「あなたは、今までに、タバコを一口でも吸ったことがありますか」という質問に対して「吸ったことがある」と回答した者を喫煙経験者と定義し、「あなたは、この1か月間にタバコを吸いましたか」という質問に対して「1本吸った」、「2~19本吸った」、「20本以上吸った」のいずれかを選んだ者を喫煙者(月喫煙者)と定義した。

飲酒行動に関してはJKYB<sup>13)</sup>の定義にならない、「あなたは、この1か月間にお酒やビールを飲みましたか」という質問に対して「飲んだ」を選んだ者を飲酒者(月飲酒者)と定義した。

朝食摂取に関しては「あなたは、朝ごはんを食べますか」という質問に対して「毎日食べている」を選んだ者を朝食毎日摂取者と定義した。運動習慣に関しては「今、あなたは体育の授業以外で、運動をどれくらいしていますか」という質問に対して「ほとんど毎日している」、「1週間に3~4日くらいしている」のいずれかを選んだ者を習慣的運動実施者と定義した。

分析の手順としては、まずセルフエスティーム、ストレス対処スキルの各尺度の得点を性別・学年別に求め、性差の有意性の検定にはt検定を、学年差の有意性の検定には分散分析を用いた。また、Rosenbergのセルフエスティーム尺度と他の尺度間の積率相関係数を求めた。次に喫煙経験者、月喫煙者、月飲酒者、朝食毎日摂取者、習慣的運動実施者の割合を性別・学年別に求め、性差と学年差の有意性の検定には $\chi^2$ 検定を用いた。最後に、喫煙、飲酒、朝食摂取、運動実施の有無によって対象

者をそれぞれ2群に分け、セルフエスティーム、ストレス対処スキルの各尺度の得点を比較し、有意性の検定にはt検定を用いた。分析に際しては、マッキントッシュ用統計プログラムパッケージSPSSを使用し、統計上の有意水準は5%とした。

### Ⅲ 結果

#### 1. セルフエスティームとストレス対処スキル

図2～4には、セルフエスティームの各尺度の得点の平均値を性別・学年別に示した。

性差に関しては総じて男子の得点は女子に比べて高かった。特に「SE（セルフエスティーム、以下同じ）-身体」についてはすべての学年において、「SE-運動」については小学校4年を除く各学年において、また「SE-全般」については中学校において、「SE-友人」については中学校2年において統計的に有意な差があった。「SE-学習」と「SE-家族」については各学年とも性差は認められなかった。

学年差に関して分散分析を行った結果によれば、「SE-家族」については男女とも、「SE-全般」,「SE-身体」,「SE-学習」については女子のみに有意な差が認められた。分散分析の結果が有意であったものについて多重比較による2群間の平均値の差の検定を行ったところ、「SE-家族」(男子)については、中学校1, 3年と小学校5年との間にそれぞれ有意な差があった。「SE-家族」(女子)については、小学校4, 5, 6年と中学校2年の間に、小学校4, 5年と中学校3年の間にそれぞれ有意な差があった。「SE-全般」(女子)については、小学校4, 5, 6年と中学校2年の間にそれぞれ有意な差が認められた。「SE-学習」(女子)に関しては、小学校4年と中学校1, 2, 3年の間に、また小学校6年と中学校1年の間に有意な差が認められた。「SE-身体」(女子)については、小学校4年と中学校3年の間に有意な差があった。

図5には、ストレス対処スキルの各尺度の得点の平均値を性別・学年別に示した。性差に関しては、「積極的対処」については中学校1年において有意な差が

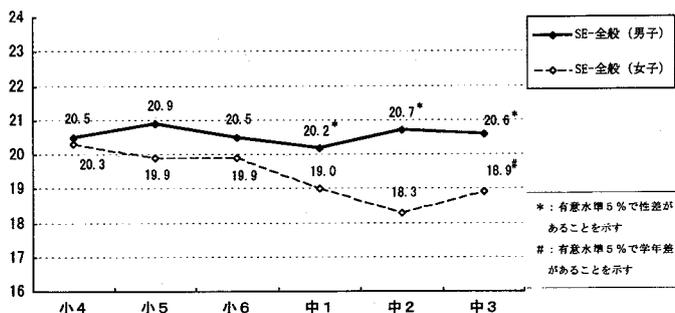


図2 Rosenberg のセルフエスティーム尺度の性別・学年別平均値

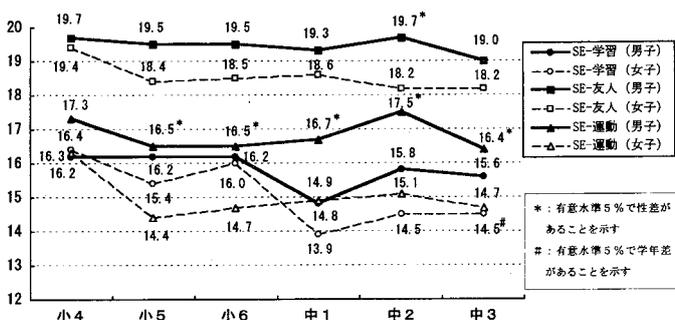


図3 Harter のセルフエスティーム尺度の性別・学年別平均値

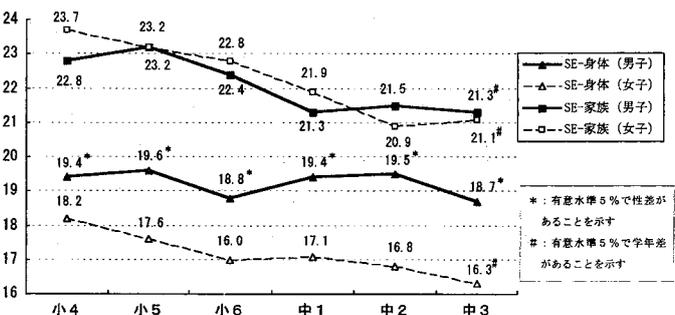


図4 Pope のセルフエスティーム尺度の性別・学年別平均値

思春期のセルフエスティーム、ストレス対処スキルの発達と危険行動との関係

あり、女子の得点は男子に比べて高かった。「消極的対処」については中学校3年において有意な差があり、女子の得点は男子に比べて高かった。

ストレス対処スキルの得点の学年差は、両尺度ともに認められなかった。

図6～図8には、Rosenbergのセルフエスティーム尺度(SE-全般)と他のセルフエスティーム尺度およびストレス対処スキル尺度の間の積率相関係数を、性別・学年別に示した。

「SE-全般」と他のセルフエスティーム尺度との相関は、中学校1年女子の「SE-学習」の場合を除いて統計的に有意であった。性および学年の別を問わず0.5以上の相関があったのは「SE-家族」であった。また、男女ともに小学校6年以降0.6以上の相関があったのは「SE-身体」であった。「SE-友人」も小学校6年から中学校2年にかけては0.5以上の相関があったが、中学校3年では0.5以下に低下した。「SE-学習」に関しては、男女ともに小学校5年から中学校1年にかけて急激に低下したが、その後上昇して3年男子では0.54、同女子では0.48に達した。「SE-運動」については、小学校5年男子を除いて、0.5以下の相関であった。

「SE-全般」とストレス対処スキル尺度との相関は、「積極的対処」とは正の相関を、「消極的対処」とは負の相関を示した。また中学校2年男子における「積極的対処」との相関係数を除いて相関係数の絶対値は0.5以下であり、中学校1～3年女子の「積極的対処」、中学校1年男子と中学校3年女子の「消極的対処」との相関係数については有意な相関は得られなかった。

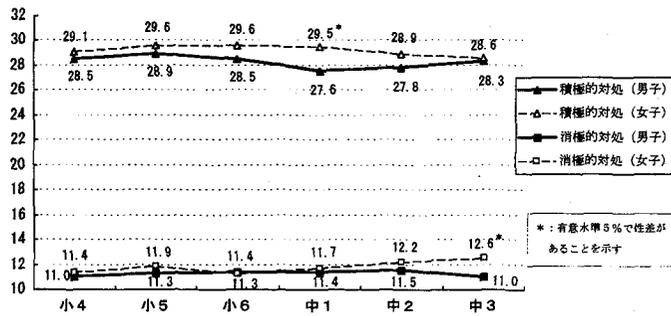


図5 ストレス対処スキル尺度の性別・学年別平均値

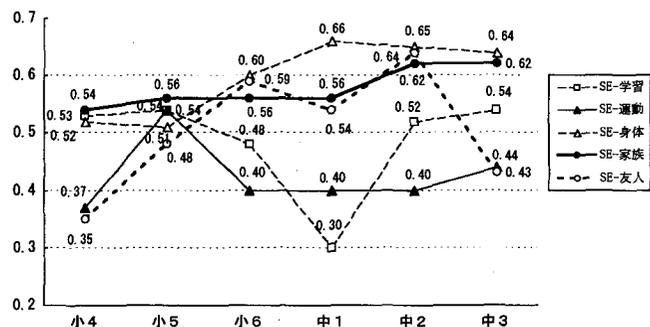


図6 Rosenberg の尺度と他のセルフエスティーム尺度との相関 (男子)

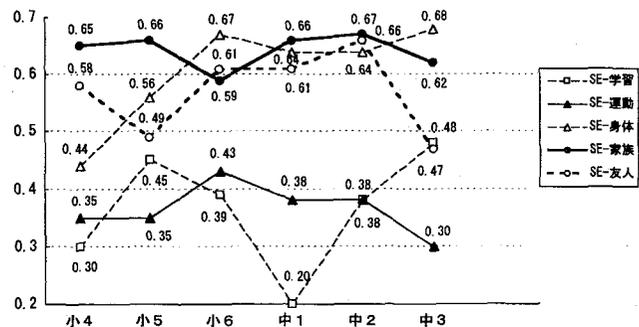


図7 Rosenberg の尺度と他のセルフエスティーム尺度との相関 (女子)

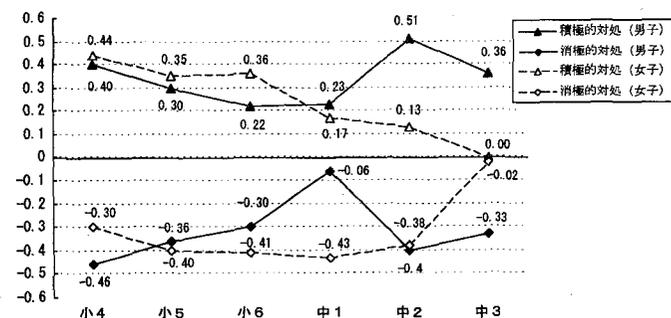


図8 Rosenberg のセルフエスティーム尺度とストレス対処スキル尺度との相関

### 2. 健康関連行動

図9には、喫煙経験者と月喫煙者の割合を性別・学年別に示した。喫煙経験者の割合は、中学校3年を除いて男子が女子に比べて高く、中学校1年では有意であった。また、月喫煙者の割合は、中学校3年を除いて男子の割合が女子に比べて高く、中学校1年では有意であった。学年差はいずれの喫煙行動についても認められなかった。

図10には、月飲酒者の割合を性別・学年別に示した。月喫煙者の割合は、すべての学年において男子の割合が女子に比べて高く、小学校4年、中学校1年、中学校3年では有意であった。学年差は男女ともに認められ、小学校5年の割合が高く、また中学校では学年が進むにつれて飲酒者率は高くなった。

図11には、朝食を毎日食べていると回答した者の割合を、性別・学年別に示した。性差、学年差ともに認められなかった。

図12には、学校の体育の授業以外に週に3日以上運動を実施していると回答した者の割合を、性別・学年別に示した。小学校4年と中学校1年を除いて有意な性差があり、いずれも男子の割合が女子に比べて高かった。学年差は男女ともに認められ、中学校2年から3年にかけて割合が急激に低下した。また女子においては、小学校4年から5、6年にかけての低下も大きかった。

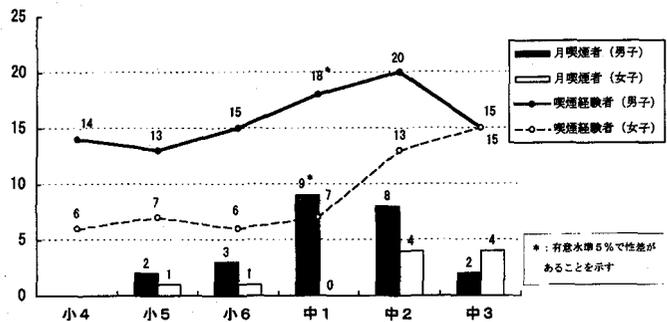


図9 喫煙経験者と月喫煙者の性別・学年別割合

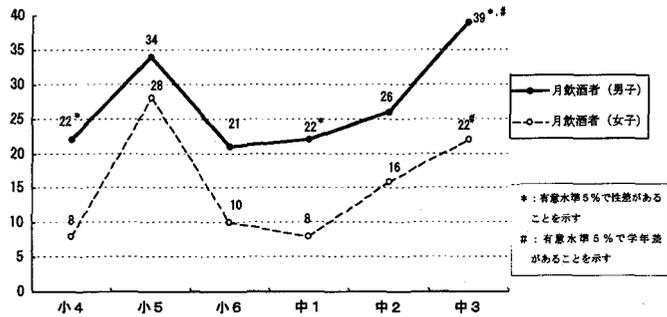


図10 月飲酒者の性別・学年別割合

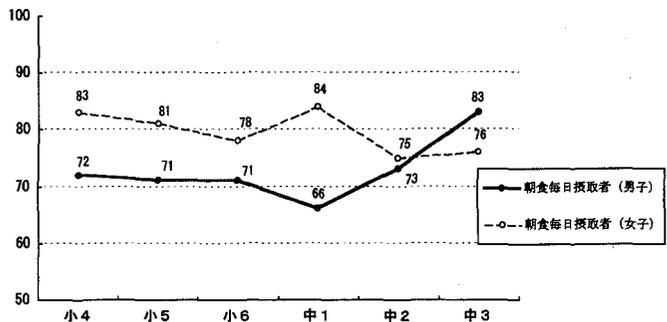


図11 朝食毎日摂取者の性別・学年別割合

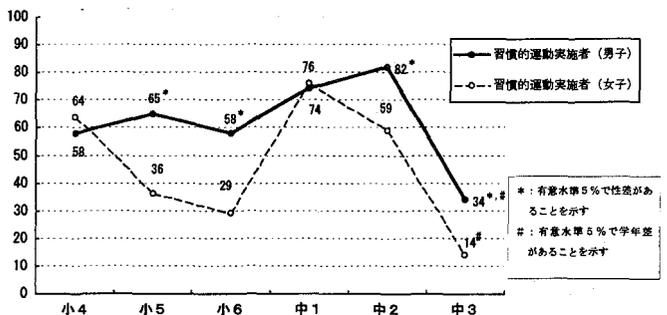


図12 習慣的運動実施者の性別・学年別割合

## 思春期のセルフエスティーム、ストレス対処スキルの発達と危険行動との関係

## 3. 健康関連行動とセルフエスティーム、ストレス対処スキル

表2には、これまでの喫煙経験の有無、ここ1か月間の飲酒経験の有無、毎日朝食を取っているか否か、体育の授業以外に週に3日以上運動を実施しているか否かによって対象者をそれぞれ2群に分け、セルフエスティーム、ストレス対処スキルの各尺度の得点を比較した結果について、中学校1年時を例として示した。

表2によれば女子よりも男子において有意差のある項目が多く、こうした傾向は小学校5年、中学校2年においても認められた。その他の学年においては、有意差のある項目の数は男女間で違いはなかった。

男子について見ると、非喫煙経験者は喫煙経験者に比べて「SE-全般」、 「SE-家族」、 「積極的対処」の得点が高く、非飲酒者は飲酒者に比べて「SE-家族」と

「積極的対処」の得点が高く、朝食の毎日摂取者は非毎日摂取者に比べると「SE-学習」と「SE-家族」の得点が高く、運動実施者は非運動実施者に比べて「SE-友人」、 「SE-運動」、 「積極的対処」の得点が高く、「消極的対処」の得点が低かった。尺度別に見ると、「SE-家族」と「積極的対処」において有意差のある項目が多かった。

一方女子については、非喫煙経験者は喫煙経験者に比べて「積極的対処」の得点が低く、運動実施者は非運動実施者に比べて「SE-運動」の得点が高かった。

## IV 考察

セルフエスティームの得点は、総じて男子が女子よりも高く、特に「身体」や「運動」に関しては小学校や中学校の別を問わず、「全般」に関しては中学校において統計的に有意な差が認められた。また学年差は特に女子において顕著であり、「全般」、「家族」、「学習」、「身体」について統計的に有意な差が認められ、小学校に比べて中学校の得点が低かった。本研究の結果は、思春期の間にとりわけ女子のセルフエスティームが急激に低下するという横断研究の結果<sup>3, 4, 15)</sup>や、小学校4年生および中学校1年生を対象とした3年間の縦断研究の結果<sup>6)</sup>と一致している。

表2 健康関連行動の有無別のセルフエスティーム、ストレス対処スキル得点

(中学校1年時)

	喫煙		飲酒		朝食		運動	
	非喫煙 経験 (n=73)	喫煙 経験 (n=16)	非飲酒 (n=69)	飲酒 (n=19)	毎日 摂取 (n=59)	非毎日 摂取 (n=30)	運動 実施 (n=66)	非運動 実施 (n=23)
【男子】								
SE-全般	*20.8	17.7	20.6	19.0	20.5	19.6	20.5	19.3
SE-学習	15.3	12.9	15.0	14.5	*15.9	12.7	15.2	13.8
SE-友人	19.6	17.7	19.5	18.5	19.4	19.1	*19.8	17.7
SE-運動	16.4	18.1	16.5	17.2	16.4	17.3	*17.8	13.7
SE-身体	19.5	18.8	19.3	19.5	19.5	19.0	19.7	18.3
SE-家族	*22.0	18.3	*21.8	19.7	*22.2	19.7	21.8	20.2
積極的対処	*28.1	25.3	*28.2	25.5	28.0	26.8	*28.3	25.5
消極的対処	11.2	12.5	11.1	12.4	11.1	12.0	11.0	*12.6
【女子】								
SE-全般	19.0	19.0	19.1	18.5	19.1	18.3	19.1	18.6
SE-学習	13.9	13.5	13.8	15.3	14.0	13.3	13.9	14.0
SE-友人	18.4	20.2	18.6	17.7	18.7	18.1	18.6	18.4
SE-運動	14.7	18.0	15.0	13.2	15.1	13.8	*15.8	11.8
SE-身体	16.9	19.2	17.3	14.7	17.1	16.8	17.3	16.3
SE-家族	21.8	23.4	22.0	20.0	22.0	21.4	21.8	22.2
積極的対処	29.3	*32.2	29.6	27.7	29.4	29.9	29.5	29.4
消極的対処	11.8	9.6	11.6	12.8	11.7	11.8	11.4	12.5

\*:有意水準5%でグループ間に差があることを示す

Harterの尺度を用いて小学校3年生～中学校3年生のセルフエスティームを調べた桜井<sup>15)</sup>によれば、加齢に伴うセルフエスティームの低下や身体的能力以外のセルフエスティームの性差は米国では認められないという。我が国の青少年のセルフエスティームが年齢とともに低下することについて桜井は、受験戦争という日本の教育事情が次第に児童生徒の自己確信や自己有能感を低下させているものと解釈している。また、桜井の研究と同様にHarterの尺度を用いて小学校4年生～中学校3年生のセルフエスティームと喫煙行動との関係を横断的に調べた川畑ら<sup>3)</sup>も、加齢に伴うセルフエスティームの低下を認め、受験に必要な能力のみが過度に重視され、それ以外の能力が認められにくい学校や家庭を始めとする社会環境の下で子どもたちが育つとすれば、そうした能力の面では劣る子どもたちは重大なセルフエスティームの問題を抱え、喫煙などの不適応行動を引き起こす危険性が高いとしている。また我が国の思春期女子のセルフエスティームが男子に比べて低い理由について川畑ら<sup>6)</sup>は、我が国の親の養育態度・行動、あるいは学校の心理社会的環境が、女子のセルフエスティームの形成に好ましくない影響を与えているのではないかと推察している。

ストレス対処スキルの得点は「積極的対処」、「消極的対処」ともに学年差は認められなかった。性差は中学校1年の「積極的対処」と中学校3年の「消極的対処」において認められ、いずれも女子の得点が男子に比べて高かった。しかし本研究と同一のストレス対処スキル尺度を用いた研究<sup>6, 7, 12)</sup>において性差および学年差に関する結果は必ずしも一致していない。セルフエスティームに関する結果と異なり、ストレス対処スキルの発達の傾向や性差に関して一致した結果が得られない理由として川畑ら<sup>6)</sup>は、セルフエスティームが安定したものであるのに対して、人の取るストレス対処行動は置かれた状況や直面している問題によって左右される可能性があること、使用したストレス対処スキル尺度の信頼性(クロンバックの $\alpha$ 係数)がセルフエスティーム尺度の信頼性と比較して高くないことを挙げている。こうしたことから、ストレス対処スキルの性差や発達の傾向に関する結論を現段階で下すことは避け、より信頼性の高い尺度を用いて再検討すべきであると考えられる。

中学校1年時の喫煙、飲酒、朝食、運動といった健康関連行動とセルフエスティームおよびストレス対処スキルとの間には、特に男子において有意な関係が多くみられた。すなわち、喫煙経験がない、ここ1か月間飲酒をしていない、朝食を毎日食べている、体育の授業以外に週に3日以上運動を実施しているといった健康的な行動を実践している生徒は、不健康な行動を取っている生徒に比べてセルフエスティームおよび積極的なストレス対処スキルの得点が高かった。

セルフエスティームの尺度の中では特に「家族」に関するセルフエスティーム得点に関して、健康的な行動を実践している生徒と不健康な行動を取っている生徒との間に有意な差が多くみられた。小学校4年から中学校3年生までの児童生徒の横断データに基づいて、本研究と同様に非喫煙経験者と喫煙経験者のセルフエスティーム得点を比較したKawabataら<sup>4)</sup>の研究によれば、小学校女子、中学校男子、同女子においては、非喫煙経験者は喫煙経験者に比べて「家族」に関するセルフエスティームの得点が有意に高かった。また、3年間の縦断データに基づいて中学校1年時の諸変数から中学校3年時の喫煙行動をステップワイズ法による判別分析を用いて予測した川畑ら<sup>6)</sup>の研究においても、「家族」に関するセルフエスティーム尺度が男子の場合は予測変数として取り込まれ、中学校1年時において「家族」に関するセルフエスティーム得点が低い者程、中学校3年時には喫煙しやすいことが示された。本研究の結果は、家族に関する低いセルフエスティームは喫煙行動のリスクを高めるという従来の研究結果と一致するだけでなく、喫煙行動以外の危険行動の要因ともなっていることを示唆するものである。

欧米における思春期のセルフエスティームを育てる教育プログラム<sup>16)</sup>においては、個性の自覚、自分の能力に対する自信、周囲の重要な人との絆感を形成することが重要視されている。本研究においては、Rosenbergの尺度を用いて全般的なセルフエスティームを測定するだけでなく、学習や運

## 思春期のセルフエスティーム、ストレス対処スキルの発達と危険行動との関係

動能力に関するセルフエスティーム、友人関係や家族関係に関するセルフエスティーム、そして身体的、性的発達の著しい思春期の児童生徒にとって全般的セルフエスティームに大きな影響を与えると予想される身体イメージに関するセルフエスティームを測定した。そして、Rosenbergのセルフエスティーム尺度と他のセルフエスティーム尺度との相関係数を求めた結果によれば、男女および学年の別を問わず、「身体」に関するセルフエスティーム尺度は男女ともに小学校6年以降0.6以上の相関があり、「友人」に関するセルフエスティーム尺度も小学校6年から中学校2年にかけては0.5以上の相関があった。そして、「家族」に関するセルフエスティーム尺度は、性や学年の別を問わず一貫して0.5以上の高い相関を持っていた。家族に関する低いセルフエスティームがさまざまな危険行動の要因となっている可能性が高いことと考え併せると、自分が自分の家族の一員であることを誇りに思い、家族から自分が愛され、尊重されていると感じることは、思春期全体を通じて常に重要な意味を持っており、思春期の危険行動を防止する上で最も重要視すべき事項であることを示唆している。

本研究の結果によれば、セルフエスティームやストレス対処スキルと危険行動との関係は主として男子において認められた。これまで我が国で実施されたセルフエスティームあるいはストレス対処スキルと危険行動との関係に関する研究<sup>2-7)</sup>によれば、高校性の喫煙、飲酒、薬物乱用とセルフエスティームとの関係を検討した植田<sup>2)</sup>、そして小・中学生の喫煙行動とセルフエスティームとの関係を検討した川畑ら<sup>3)</sup>の研究においては主に男子について関係が認められたものの、それ以外の研究<sup>4-7)</sup>においては男女の別を問わず、セルフエスティームと喫煙行動あるいはストレス対処スキルと間食行動との間に関係が認められている。こうした結果の不一致については、集団によっては女子の危険行動とセルフエスティームもしくはストレス対処スキルとの間に関係が認められない場合があるとの解釈も可能であるが、これまでの研究のほとんどが男子に類発する喫煙行動を対象としたものであり、女子の方が起こしやすい危険行動、例えば過度のダイエットなどを取り扱った研究が実施されていないことを考慮すると、危険行動とセルフエスティームあるいはストレス対処スキルを含むライフスキルとの関係に関する性差の問題については、なお検討の余地があると考えられる。

本研究の結果をまとめると、中学生の時期にセルフエスティーム、とりわけ家族に関するセルフエスティームが男女ともに低下すること、女子は男子に比べて概してセルフエスティームが低いこと、喫煙、飲酒、朝食、運動に関して不健康な行動を取っている生徒は、特に家族に関するセルフエスティームが低く、ストレスに対する積極的な対処行動を取らないことが明らかになった。これらの結果と、中学生の時期に喫煙経験者、飲酒者、運動習慣がない者の割合が増加するという結果とを併せ考えると、遅くとも小学校高学年までには、セルフエスティームとりわけ家族に関するセルフエスティームや、ストレスに対して積極的に対処するためのスキルの形成を促す教育を導入し、継続する必要があることを強く示唆するものである。

小・中学校では平成14年度から完全実施され、高等学校では平成15年度から学年進行で実施される学習指導要領の教科体育および教科保健体育の保健においては、意志決定スキルとストレス対処スキルを始めとするライフスキルの形成が重視されるようになった<sup>17-19)</sup>。セルフエスティームやライフスキルの形成を促すことは、さまざまな危険行動を防止する上で有効なだけでなく、これからの学校教育の基本的目標となる「生きる力」、すなわち「変化する社会の中で、自分で課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、行動し、よりよく問題を解決する資質や能力、自らを律しつつ、他人とともに協調し、他人を思いやる心や感動する心など、豊かな人間性」の形成にも貢献すると言う積極的な意義を持っていると考える。

## 文 献

- 1) 吉森護, 浜名外喜男, 市河淳章ほか編: 社会心理学用語辞典, 北大路書房, 京都, 1987
- 2) 植田誠治: 思春期のセルフ・エスティームと喫煙・飲酒・薬物使用ならびに将来の喫煙・飲酒・薬物使用意思との関連, 学校保健研究, 38: 460-472, 1996
- 3) 川畑徹朗, 島井哲志, 西岡伸紀: 小・中学生の喫煙行動とセルフエスティームとの関係, 日本公衆衛生雑誌, 45: 15-26, 1998
- 4) Kawabata, T., Cross, D., Nishioka, N. et al.: Relationship between self-esteem and smoking behavior among Japanese early adolescents: Initial results from a three-year study, J Sch Health, 69: 280-284, 1999
- 5) 村松常司, 鎌田美千代, 村松園江ほか: 小学生の喫煙行動・態度とセルフエスティームに関する研究, 愛知教育大学研究報告, 49: 93-101, 2000
- 6) 川畑徹朗, 西岡伸紀, 春木敏ほか: 思春期のセルフエスティーム, ストレス対処スキルの発達と喫煙行動との関係, 学校保健研究, 43: 399-411, 2001
- 7) 島井哲志, 川畑徹朗, 西岡伸紀ほか: 小・中学生の間食行動の実態とコーピング・スキルの関係, 日本公衆衛生雑誌, 47: 8-19, 2000
- 8) Green, L. W. and Kreuter, M. W.: Health Promotion Planning - An Educational and Environmental Approach, Mayfield Publishing Company, Mountain View, 1991
- 9) 遠藤辰雄, 井上祥二, 蘭千壽編: セルフエスティームの心理学~自己価値の探究~, ナカニシヤ出版, 京都, 1992
- 10) Harter, S.: The perceived competence scale for children, Child Development, 53: 87-97, 1982
- 11) Pope, A. W., McHale, S. M. and Craighead, W. E.: Self-esteem enhancement with children and adolescents, Pergamon Press, NY, 1988
- 12) 坂野雄二, 三浦正江, 嶋田洋徳: 中学生の心理的ストレスに対する認知的評価がコーピングに及ぼす影響, ヒューマンサイエンス, 7: 5-13, 1995
- 13) 川畑徹朗, 中村正和, 大島明ほか: 青少年の喫煙・飲酒行動~Japan Know Your Body Studyの結果より~, 日本公衆衛生雑誌, 38: 885-899, 1991
- 14) 川畑徹朗, 皆川興栄, 西岡伸紀ほか: 青少年の喫煙行動の定義の標準化~日本青少年喫煙調査(JASS)の結果より~, 日本公衆衛生雑誌, 38: 859-867, 1991
- 15) 桜井茂男: 認知されたコンピテンス測定尺度(日本語版)の作成, 教育心理学研究, 31: 60-64, 1983
- 16) Zevin, D.: Self-Esteem, ETR Associates, Santa Cruz, 1996
- 17) 文部省: 小学校学習指導要領解説 体育編, 東山書房, 京都, 1999
- 18) 文部省: 中学校学習指導要領解説 保健体育編, 東山書房, 京都, 1999
- 19) 文部省: 高等学校学習指導要領解説 保健体育編, 東山書房, 京都, 1999