小学校高学年児童におけるストレス対処力（SOC）と ストレス対処方略との関連

朴 峠 周子¹ 武 田 文² 浅 沼 徹³ 門 間 貴史³
木 田 春代³ 香 田 泰子³ 藤 原 愛子⁴

Relationship between sense of coherence (SOC) and stress coping strategy among
upper-grade elementary school children

Shuko HOTOGE¹, Fumi TAKEDA², Tohru ASANUMA³, Takafumi MONMA³,
Haruyo KIDA³, Yasuko KOHDA³ and Aiko FUJIHARA⁴

The present study aimed to clarify how the stress coping strategy of upper-grade elementary school children differ based on Sense of Coherence (SOC) level and sex.

A cross-sectional and observational survey was conducted using an anonymous, self-administered questionnaire on all 4-6th grade pupils (n=402) at B Elementary School in A City, Kanagawa Prefecture, in urban area. The questionnaire categorized items related to SOC, 12 items of stress coping strategy, 12 symptoms of physical and mental status, grade and sex. Of the 391 questionnaires collected (collection rate, 97.3%), the 318 questionnaires with complete responses (valid response rate, 79.1%) were analyzed. Analysis was conducted by sex. At first, pupils were divided into low-SOC group and high-SOC group (boys, 68 in low group and 77 in high group; girls, 91 and 82), and the proportion of pupils adopting each stress coping strategy was compared between the high and low SOC groups. Multiple logistic regression analysis was then conducted with each stress coping strategy as the dependent variable, SOC level as the independent variable and physical and mental symptoms and grade as control variables.

Among boys, a significant correlation was observed between SOC and the coping strategy of “ask someone what to do” (odds ratio [OR], 2.48; 95% confidence interval [CI], 1.03-5.96; p=0.043), clarifying that this coping strategy was easier to adopt for the high-SOC group compared to the low-SOC group. Conversely, among girls, a significant correlation was observed between SOC and “spend time alone” (OR, 0.40; 95% CI, 0.19-0.83; p=0.014), clarifying that the high-SOC group was less likely to adopt this coping strategy than the low-SOC group.

¹ 人間総合科学大学人間科学部人間科学科

² 筑波大学体育系保健領域

³ 筑波大学大学院人間総合科学研究科ヒューマン・ケア科学専攻

⁴ 九州看護福祉大学看護福祉学部口腔保健学科

¹ *Department of Human Arts and Sciences, Faculty of Human Sciences, University of Human Arts and Sciences*

² *Faculty of Health and Sport Sciences, University of Tsukuba*

³ *Doctoral program in Human Care Science, Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba*

⁴ *Department of Oral Health Science, Kyushu University of Nursing and Social Welfare*

The present findings indicate that the relationship between SOC and stress coping strategy among upper-grade elementary school children differs between boys and girls. Boys with high SOC easily adopt the coping strategy of asking for help from those around them, while girls with high SOC find it harder to adopt the coping strategy of spending time alone.

Key words : sense of coherence (SOC), stress coping strategy, upper-grade elementary school children, cross-sectional study

首尾一貫感覚, ストレス対処方略, 小学校高学年児童, 横断調査

I 緒 言

小学校高学年期は著しい身体の発達と親や友人との関係性の変化を経験する思春期にさしかかるため、児童にとってストレスとなる出来事が増える時期である。また、高学年期は感情の起伏が大きくなり¹⁾、児童が抱える心身の不調は多岐にわたることや²⁾、体の不調を訴える児童の約4割が心理的な問題を抱えていること³⁾が報告されている。さらに高学年児童においては、心身の不調を呈する児童の割合が低学年よりも高いことが指摘されている⁴⁾。したがって、高学年児童がストレスフルな状況に対処することは、心身の健康を保つうえでの課題である。

こうした心身の健康問題を改善するストレス対処力あるいは健康保持力として、Antonovskyが提唱した首尾一貫感覚「Sense of Coherence (SOC)」⁵⁾が注目されている。SOCは、健康の保持や増進に関する健康生成論において人々が自ら健康な状態を導く健康要因であり、困難に直面しても自らの力と他者の助けによって対処を進める感覚や、その過程に意義や価値をもたらす感覚を表す⁶⁾。また、Antonovskyは、SOCが良好な者は心身の不調が少なく健康を保ち、ストレスフルな状況では緊張状態の解消につながる方略をとるという仮説を立てている⁷⁾。

したがって、SOCの概念を用いて小学校高学年における心身の健康の保持や増進を図る上では、児童のSOCレベルと健康状態との関連を検証することにくわえ、ストレス対処方略、すなわち、ストレスフルな状況に対処しようとする認知的お

よび行動的努力の方略⁸⁾が児童のSOCレベルによってどのように異なるかを明らかにし、SOCのストレス対処力としての作用を検証することが必要である。

高学年児童のSOCと健康状態との関連についてはこれまでに研究が行われ、ノルウェーの11歳の児童⁹⁾やわが国の小学校5・6年生¹⁰⁾においては、SOCが高い者ほど気分の落ち込み、物事への集中困難、体のだるさ、頭痛や腹痛の症状が少ないこと、フィンランドの12歳の児童¹¹⁾においては、SOCが高い者ほど主観的健康感が良好であることが報告されている。すなわち、小学校高学年においては、SOCが高い児童ほど心身の不調が少なく健康状態が良好であることが明らかにされている。

他方で、児童のSOCとストレス対処方略に関する実証研究は全く行われていない。SOCとストレス対処方略との関連については、これまで成人を対象として比較検証されてきた。成人におけるストレス対処方略の種類は、海外ではPearlin et al.¹²⁾、Folkman et al.⁸⁾、Holahan et al.¹³⁾、Endler et al.¹⁴⁾、Carver¹⁵⁾などがそれぞれ類別し、わが国ではこれらの適用にくわえて坂田¹⁶⁾による類型化も示されている。SOCとの実証的検討は、これまで主にFolkman et al. と Endler et al. の分類に沿って行われてきた。対処方略の類型について、Folkman et al. は問題を処理して変化を図る「問題焦点型」と、問題に対する情動反応の調整を図る「情動焦点型」に分類し⁸⁾、Endler et al. は、これらに問題に対して認知的および行動的に回避を図る「回避型」を加えて分類した¹⁴⁾。これまでに、

イギリスの大学生では、SOCが高い者は情動焦点型の方略をとりにくいこと¹⁷⁾、イスラエルの大学生¹⁸⁾およびオーストラリアの成人¹⁹⁾では、SOCが高い者は問題焦点型の方略をとりやすく、情動焦点型や回避型の方略をとりにくいことが報告されている。さらにわが国の大学生では、SOCが高い者は、統制が可能であると判断したストレスナーについては問題焦点型と情動焦点型の方略いずれもとりやすいことが示されている²⁰⁾。

児童のストレス対処方略については、児童の発達段階によって変化することが指摘され²¹⁾、高学年は低学年よりもストレスフルな状況において問題の認識を変える方略や問題から回避する方略をとりやすいことが報告されている²²⁾。高学年児童における対処方略の種類は、海外ではAyers et al.²³⁾やGamble²⁴⁾が類別し、わが国では嶋田²⁵⁾の「積極的対処」「諦め」「思考回避」の3分類、嶋田他²⁶⁾の「積極的対処」「サポート希求」「思考回避」「諦め・静観」「価値の転換」の5分類が示されている。また、児童がとりやすい方略として、情動をひとりで調整することや、情動を行動によって表出し鎮静を図ることが指摘されている^{22,27)}。したがって、情動を自分の内外で処理する方略についてもとりあげられ、Causey et al.²⁸⁾は、高学年児童の方略について「サポート希求」「問題解決」「回避」に、情動をひとりで調整する「内的処理」と、情動を行動として表出する「外的処理」を加えた5種類を提示した。

さらに大竹他²⁹⁾は、問題から回避を図る方略と情動の調整に関する方略を統合して整理し、高学年児童の方略を「問題解決」「サポート希求」「行動的回避」「認知的回避」「情動的回避」「気分転換」の6つに類別した。このうち、「問題解決」は自分の力で問題の解決に取り組むこと、「サポート希求」は問題を解決するために人に助けや協力を求めることを表す。一方、「行動的回避」「認知的回避」「情動的回避」「気分転換」はいずれも問題の解決に向けた働きかけを行わない方略である。なかでも、行動的回避は情動を行動によって表出すること、認知的回避は問題の捉え方を意識

的に変えること、情動的回避はひとりで情動を調整することによって問題から回避することを表す。くわえて大竹他は、これらの対処方略のとり方を性別に検証し、男子は女子よりも行動的回避、認知的回避、気分転換の方略を多くとること、女子は男子よりも問題解決、サポート希求、情動的回避の方略を多くとること、さらに、類別されたなかでも個々の方略のとり方に性差があることを報告した²⁹⁾。したがって、高学年児童のストレス対処方略については、その特徴を反映している大竹他の分類に準拠し性別に検討することが適切と考えられる。

以上のことから本研究では、大竹他による児童のストレス対処方略分類を用いて、小学校4～6年生児童のストレス対処方略がストレス対処力(SOC)のレベルによりどのように異なるかを性別に明らかにすることにした。

II 研究方法

1. 対象と方法

本研究は横断調査による観察研究であり、標本として首都圏の都市部に位置する神奈川県A市の公立B小学校に通う4～6年生全児童を抽出した。2009年10月に4～6年生児童402名(4年生:138名、5年生:123名、6年生:141名)を対象とし、無記名自記式の調査票を用いた集合調査を学級単位で実施した。回収した391部(回収率97.3%)のうち、全質問項目への回答が完全であった318部(有効回答率79.1%)を分析対象とした。

調査を実施するにあたり、児童に対しては、調査への回答は自由意思によること、回答の中断ができること、回答拒否による不利益は無いこと、回答に正誤はないこと、個人情報保護されること、学業成績に影響をもらさないこと、調査への回答をもって同意とみなすことを調査票のフェイスシートに明記するとともに、口頭で説明した。本研究は、筑波大学人間総合科学研究科研究倫理委員会の承認を受け、小学校長の同意を得て行った。また、公表にあたって人間総合科学大学倫理審査委員会の承認を受けた。

2. 調査項目

1) ストレス対処力 (SOC)

坂野他¹⁰⁾が開発した13項目からなる児童用SOCスケール日本語版によって測定した。回答は「とてもよくある」～「まったくない」(2項目については「まったく楽しくない」～「とても楽しい」)の5件法で求め、それぞれに1～5点を付与し、13項目の合計得点を算出した。得点の範囲は13～65点であり、合計得点が高いほどSOCが高いことを表す。尺度の信頼性と妥当性は確認されている¹⁰⁾。本対象者におけるクロンバックの α 係数は0.80であった。

2) ストレス対処方略

大竹他²⁹⁾が開発した小学生のストレスコーピング尺度短縮版に用いられている12のストレス対処方略を設問した。本尺度では、対処方略を「問題解決」「サポート希求」「行動的回避」「認知的回避」「情動的回避」「気分転換」の6つに分類し、それぞれに2つの方略が示されている。高学年児童がストレスフルな状況であると判断する割合の高い場面として、友人関係に不和が生じる場面と先生からの叱責場面が挙げられていることから³⁰⁾、質問の冒頭において「友だちに仲間外れにされた時」「先生にしまわれた時」を想定するよう教示し、その際にとる対処方略について、「ぜんぜんあてはまらない」～「よくあてはまる」の4件法で回答を求めた。回答は、「よくあてはまる」「少しあてはまる」を「とる」、「ぜんぜんあてはまらない」「あまりあてはまらない」を「とらない」と2群にカテゴリー化した。

3) 心身症状

これまでにSOCと心身の健康状態との関連が明らかにされ、健康状態はSOCとストレス対処方略との関係を交絡する可能性が考えられることから、本研究では心身症状を制御変数として扱うこととした。心身症状は、岡安他³¹⁾が開発した12項目からなる小学生用ストレス反応尺度簡易版によって測定した。本尺度は、嶋田³²⁾が開発した信頼性と妥当性が確認された20項目からなる原版をもとに構成され、原版との比較により妥当性が

確認されている³¹⁾。12項目は、身体的反応に関する3項目(体がだるい、疲れやすい、頭痛がする)と、抑うつ・不安感情、不機嫌・怒り感情、無力感に関する9項目(なんとなく心配だ、さびしい、気持ちがしずんでいる、いらいらする、不機嫌で怒りっぽい、だれかに怒りをぶつきたい、体から力がわからない、あまりがんばれない、勉強が手につかない)によって構成される。回答は「ぜんぜんあてはまらない」～「よくあてはまる」の4件法で求めた。「ぜんぜんあてはまらない」「あまりあてはまらない」に0点、「よくあてはまる」「少しあてはまる」に1点を付与し、12項目の合計得点を算出した。得点の範囲は0～12点であり、得点が高いほど症状が多いことを表す。

4) 属性

学年、性別とした。

3. 分析方法

はじめに、性別にSOC得点の分布を確認し、対象者をSOCレベル低群と高群に分けた。続いて、性別にストレス対処方略の各項目間に0.75以上の強い相関係数がみられないことを確かめ、12のストレス対処方略について、とる者ととらない者の割合の相違をSOCレベル2群間で比較した。その後、各ストレス対処方略を従属変数(「とる」を1、「とらない」を0とコーディングした)、SOCレベルを独立変数(低群を参照カテゴリとした)、心身症状(症状の有無を0～12点で表した)、および学年(4年生を参照カテゴリとした)を統制変数として投入し、性別にロジスティック回帰分析を行った。統計解析にはIBM SPSS Statistics 21.0を用い、統計的検討の有意水準は5%とした。

Ⅲ 結 果

1. 対象者の属性とSOC得点

表1に本対象者の属性とSOC得点を示す。本対象者は、4年生が108名、5年生が94名、6年生が116名であった。4年生では男子と女子が約40%と60%で、5年生および6年生では男女の比率がほぼ等しかったが、男女比については学年間

表 1 対象者の属性と学年および性別にみた SOC 得点

	4 年生 n=108		5 年生 n=94		6 年生 n=116		統計量	p 値
	男子	女子	男子	女子	男子	女子		
人数* ¹	43 (39.8)	65 (60.2)	45 (47.9)	49 (52.1)	57 (49.1)	59 (50.9)	2.238	0.327
SOC 得点* ²	43.58 (6.51)	46.31 (6.63)	46.42 (6.41)	44.12 (7.11)	46.21 (7.33)	44.68 (6.02)	1.735	0.126

*¹ 単位は人 (%) とし、括弧内の数値は各学年を母数とする割合を表す。統計量は χ^2 値を表す。

*² 単位は点 (SD) とする。統計量は F 値を表す。

に有意な差がみられなかった ($\chi^2=2.238$, $p=0.327$)。また、学年および性別にみた SOC の平均得点は 43.58 から 46.42 の範囲であり、いずれの学年・性別間においても有意差は認められなかった ($F=1.735$, $p=0.126$)。

2. SOC レベルの群分け

本対象者における SOC 得点は、男子は最小値 27, 最大値 65, 中央値 46.00, 平均値 45.50, 標準偏差 6.88, 女子は最小値 24, 最大値 61, 中央値 45.00, 平均値 45.13, 標準偏差 6.60 であった。SOC レベルの群分けは得点の中央値と平均値にもとづき、男女ともに 45 点以下を低群, 46 点以上を高群とした (男子: 低群 68 名, 高群 77 名, 女子: 低群 91 名, 高群 82 名)。

3. ストレス対処方略と SOC レベルとの関連

はじめに、表 2 に SOC レベル 2 群間における各ストレス対処方略をとる者ととらない者の割合の相違について性別に χ^2 検定を行った結果を示す。男女いずれにおいても、「だれかに言いつける」(男子: $\chi^2=5.402$, $p=0.027$, 女子: $\chi^2=5.498$, $p=0.025$), 「どうしようもないのであきらめる」(男子: $\chi^2=5.309$, $p=0.029$, 女子: $\chi^2=9.719$, $p=0.002$), 「ひとりで泣く」(男子: $\chi^2=15.293$, $p<0.001$, 女子: $\chi^2=10.981$, $p=0.001$), 「ひとりになる」(男子: $\chi^2=16.696$, $p<0.001$, 女子: $\chi^2=12.408$, $p<0.001$) 方略をとる者の割合は、いずれも SOC レベル低群が高群よりも高かった。

続いて、各ストレス対処方略それぞれに従属変

数, SOC レベルを独立変数, 心身症状と学年を統制変数としたロジスティック回帰分析を行った結果を、男子については表 3 に、女子については表 4 に示す。男子では、「だれかにどうしたらよいのかを聞く」(オッズ比=2.48, 95%信頼区間=1.03-5.96, $p=0.043$) において SOC の単独で有意な関連が認められ, SOC レベル高群が低群よりもとりやすい対処方略であることが明らかになった。一方女子では、「ひとりになる」(オッズ比=0.40, 95%信頼区間=0.19-0.83, $p=0.014$) において SOC の単独で有意な関連が認められ, SOC レベル高群は低群よりもとりにくい対処方略であることが示された。

IV 考 察

本対象である神奈川県内近郊の A 市立 B 小学校の高学年児童の SOC 得点について、5 年生の SOC 得点 (45.22, SD 6.84) および 6 年生の SOC 得点 (45.43, SD 6.71) は、中国地方の X 県 Y 市における小学校 5 年生の SOC 得点 (47.57, SD 6.94) ならびに 6 年生の SOC 得点 (48.06, SD 7.04)¹⁰⁾ とそれぞれ有意差を認めなかった (5 年生: $p=0.103$, 6 年生: $p=0.079$)。したがって、神奈川県内近郊の一市における 5 年生と 6 年生の SOC レベルはいずれも、中国地方の一市における小学生とほぼ同等であると考えられた。なお、4 年生についてはわが国のデータが示されていない。

小学校高学年児童のストレス対処力 (SOC) とストレス対処方略の関係性は、男女によって異なることが明らかになった。

まず男子においては、「だれかにどうしたらよ

表 2 性別にみたストレス対処方略と SOC レベルとの関連

項目	男子				女子			
	SOC レベル低群 n=68		SOC レベル高群 n=77		SOC レベル低群 n=91		SOC レベル高群 n=82	
	とる	とらない	とる	とらない	とる	とらない	とる	とらない
問題解決								
自分を変えようと努力する	45 (66.2)	23 (33.8)	42 (54.5)	35 (45.5)	55 (60.4)	36 (39.6)	49 (59.8)	33 (40.2)
何がその原因かを見つける	34 (50.0)	34 (50.0)	43 (55.8)	34 (44.2)	51 (56.0)	40 (44.0)	51 (62.2)	31 (37.8)
サポート希求								
だれかにどうしたらよいかを聞く	34 (50.0)	34 (50.0)	45 (58.4)	32 (41.6)	61 (67.0)	30 (33.0)	56 (68.3)	26 (31.7)
人に問題の解決に協力してくれるよう	25 (36.8)	43 (63.2)	21 (27.3)	56 (72.7)	35 (38.5)	56 (61.5)	35 (42.7)	47 (57.3)
にたのむ								
行動的回避								
大声を上げてどなる	16 (23.5)	52 (76.5)	14 (18.2)	63 (81.8)	16 (17.6)	75 (82.4)	11 (13.4)	71 (86.6)
だれかに言いつける	17 (25.0)	51 (75.0)	8 (10.4)	69 (89.6)	31 (34.1)	60 (65.9)	15 (18.3)	67 (81.7)
認知的回避								
どうしようもないのであきらめる	27 (39.7)	41 (60.3)	17 (22.1)	60 (77.9)	35 (38.5)	56 (61.5)	14 (17.1)	68 (82.9)
そのことをあまり考えないようにする	40 (58.8)	28 (41.2)	42 (54.5)	35 (45.5)	53 (58.2)	38 (41.8)	55 (67.1)	27 (32.9)
情動的回避								
ひとりで泣く	23 (33.8)	45 (66.2)	6 (7.8)	71 (92.2)	54 (59.3)	37 (40.7)	28 (34.1)	54 (65.9)
ひとりになる	33 (48.5)	35 (51.5)	13 (16.9)	64 (83.1)	52 (57.1)	39 (42.9)	25 (30.5)	57 (69.5)
気分転換								
友だちと遊ぶ	50 (73.5)	18 (26.5)	51 (66.2)	26 (33.8)	46 (50.5)	45 (49.5)	52 (63.4)	30 (36.6)
ゲームをする	36 (52.9)	32 (47.1)	34 (44.2)	43 (55.8)	38 (41.8)	53 (58.2)	25 (30.5)	57 (69.5)

SOC レベル別にみた各ストレス対処方略を「とる」者と「とらない」者の割合の差について χ^2 検定を行った。単位は人 (%) とし、括弧内の数値は SOC レベル各群を母数とする割合を表す。

表 3 男子におけるストレス対処方略と SOC レベル、学年、心身症状得点との関連

	問題解決			サポーター希求		
	自分を变えようと努力する	何がその原因かを見つける	だれかにどうしたらよいのかを聞く	人に問題の解決に協力してくれるようにたのむ		
SOC レベル	オッズ比	95%信頼区間	p 値	オッズ比	95%信頼区間	p 値
低群	ref.			ref.		
高群	0.50	0.22-1.18	0.114	2.48	1.03-5.96	0.043
学年						
4 年生	ref.			ref.		
5 年生	1.28	0.54-3.05	0.580	0.94	0.38-2.31	0.893
6 年生	1.55	0.67-3.56	0.304	0.29	0.12-0.68	0.005
心身症状得点	0.97	0.85-1.10	0.609	1.10	0.96-1.26	0.160
χ^2 値	3.361		0.499	2.596		0.628
Nagelkerke R ² 値	0.031		0.024	13.977		0.007
				0.123		0.111
	行動的回避			認知的回避		
	大声を上げてどなる	だれかに言いつける	どうしようもないのであきらめる	そのことをあまり考えないようにする		
SOC レベル	オッズ比	95%信頼区間	p 値	オッズ比	95%信頼区間	p 値
低群	ref.			ref.		
高群	1.58	0.55-4.59	0.398	0.61	0.25-1.49	0.276
学年						
4 年生	ref.			ref.		
5 年生	1.78	0.66-4.80	0.254	1.46	0.56-3.79	0.442
6 年生	0.38	0.12-1.19	0.098	1.45	0.59-3.62	0.422
心身症状得点	1.20	1.03-1.41	0.021	1.12	0.98-1.28	0.107
χ^2 値	12.925		0.012	8.696		0.069
Nagelkerke R ² 値	0.133		0.142	0.082		0.073
	情動的回避			気分転換		
	ひとりで泣く	ひとりになる	友だちと遊ぶ	ゲームをする		
SOC レベル	オッズ比	95%信頼区間	p 値	オッズ比	95%信頼区間	p 値
低群	ref.			ref.		
高群	0.35	0.11-1.09	0.070	0.91	0.37-2.23	0.840
学年						
4 年生	ref.			ref.		
5 年生	0.86	0.28-2.62	0.788	0.69	0.26-1.87	0.468
6 年生	0.79	0.27-2.30	0.667	0.44	0.18-1.11	0.082
心身症状得点	1.22	1.05-1.42	0.011	1.04	0.91-1.20	0.580
χ^2 値	22.852		p<0.000	28.884		p<0.000
Nagelkerke R ² 値	0.231		0.253	0.043		0.027

n=145

表 4 女子におけるストレス対処方略と SOC レベル、学年、心身症状得点との関連

SOC レベル 低群 高群 学年	問題解決			サポート希求		
	自分を変えようと努力する			だれかにどうしたら よいのかを聞く		
	オッズ比	95%信頼区間	p 値	オッズ比	95%信頼区間	p 値
低群	ref.			ref.		
高群	0.85	0.41-1.75	0.655	1.03	0.50-2.10	0.947
4 年生	ref.			ref.		
5 年生	1.66	0.77-3.57	0.199	0.79	0.37-1.68	0.540
6 年生	1.39	0.67-2.88	0.374	1.09	0.52-2.28	0.813
心身症状得点	0.95	0.85-1.07	0.391	0.93	0.83-1.04	0.209
χ^2 値		2.515	0.642		3.381	0.496
Nagelkerke R ² 値		0.020	0.026		0.050	0.174
						0.018
SOC レベル 低群 高群 学年	行動的回避			認知的回避		
	大声を上げてどなる			どうしようもないのであきらめる		
	オッズ比	95%信頼区間	p 値	オッズ比	95%信頼区間	p 値
低群	ref.			ref.		
高群	1.04	0.38-2.83	0.944	0.69	0.30-1.58	0.377
4 年生	ref.			ref.		
5 年生	1.12	0.37-3.36	0.840	1.00	0.42-2.37	0.999
6 年生	1.90	0.71-5.14	0.204	0.97	0.42-2.42	0.938
心身症状得点	1.10	0.94-1.28	0.239	1.16	1.02-1.32	0.026
χ^2 値		3.399	0.493		10.936	0.027
Nagelkerke R ² 値		0.034	0.089		0.110	0.008
						0.038
SOC レベル 低群 高群 学年	情動的回避			気分転換		
	ひとりで泣く			友だちと遊ぶ		
	オッズ比	95%信頼区間	p 値	オッズ比	95%信頼区間	p 値
低群	ref.			ref.		
高群	0.71	0.34-1.48	0.361	0.40	0.19-0.83	0.014
4 年生	ref.			ref.		
5 年生	1.24	0.55-2.76	0.604	1.04	0.48-2.27	0.926
6 年生	1.12	0.52-2.44	0.771	0.54	0.25-1.16	0.116
心身症状得点	1.27	1.12-1.44	<0.000	1.09	0.97-1.22	0.157
χ^2 値		27.237	p<0.000		18.842	0.001
Nagelkerke R ² 値		0.194	0.138		0.054	0.128
						0.087

n=173

いのかを聞く」ことはSOCレベルが高い児童が低い児童よりもとりやすい方略であった。Antonovskyは、SOCが高い者の特徴はストレスサーがもたらす緊張は解消できるという確信を抱いていること、解消に向けた方法を思考すること、自分の力のみならず信頼をおく他者に助けを求められることであると述べている⁷⁾。したがって、男子については、SOCが高い高学年児童はストレスフルな状況において問題の解決に積極的であるため、周囲の者の助言を得ながら対処する傾向がみられたと言える。

次に女子においては、「ひとりになる」ことはSOCレベルが高い児童は低い児童よりもとりやすい方略であった。ひとりになることは、孤立した状態で情動の調整を図り問題の解決に向けた働きかけをしないこと、すなわち問題から回避する方略のひとつである²⁹⁾。しかしながらAntonovskyは、SOCが高い者は情動に過度にとらわれずストレスサーがもたらす状況の把握と解消を志向する傾向があることを指摘している⁷⁾。したがって、女子については、SOCが高い児童はストレスフルな状況においてひとりになり問題の解決を避ける対処方略を選択する傾向が弱いことが示唆された。また、ひとりになる等の情動的回避の方略は女子児童が男子児童よりもとりやすいことが報告されているが^{22,29,31)}、女子児童ではSOCの低さが方略の選択を促すことが明らかになった。

以上のように、SOCと直接的な関連がみられたストレス対処方略は男女いずれにおいてもひとつであったが、SOCと単独で有意な関連がみられなかったストレス対処方略に着目すると、成人とは異なるSOCとストレス対処方略の関係性を捉えることができる。SOCが高い成人は問題を処理して変化を図る対処方略をとりやすいことが報告されているが^{18,19)}、児童においては他者に援助を求めず自分の力で問題を処理しようとする「自分を変えようと努力する」「何がその原因かをみつける」こととSOCとの関連が認められなかった。ストレスフルな状況において児童が自分の力で問題を処理する方略を選択することは、その状況を自

ら統制しようとする感覚の強さと関連する²⁸⁾。しかしながら、児童は成人よりも状況を自分で統制できるかどうか判断することが未熟であるため³³⁾、自分の力で問題の処理を図る方略は緊張状態の解消をもたらしにくくSOCとの間には関連がみられなかった可能性が考えられる。

本研究から示された小学校高学年児童におけるSOCのレベルと性別によるストレス対処方略の違いを踏まえて、児童のストレス対処に関わる支援のあり方を考察する。

まず、SOCが高い男子児童においては、ストレスを抱えると周囲の者に相談して問題の解決を図ろうとする傾向がみられる。このような児童は問題を解決することに積極的であるため、周囲の大人や教員は、児童が自ら行動を起こせるように助言することが望ましい。他方で、SOCが低い男子児童は他者に援助を求めることが少ないため、周囲の者には、児童が助けを必要としている様子や、児童を援助する状況を見逃さないよう注意を払うことが求められる。また、SOCが低い児童に対しては、問題に対処する意義や価値が伝わるように助言し児童を支えることが望ましいと考えられる。

次に、SOCが低い女子児童においては、ストレスを抱えるとひとりきりになる傾向がみられる。このような児童に対しては、周囲の大人や教員が児童の表情や言動をみて声をかけ、ひとりきりにせずに気持ちの整理を助けることが必要である。また、児童は問題と距離を置こうとしている可能性が高いため、周囲の者には、児童の気持ちが整った後に問題と向き合うことを助けることも求められる。他方で、SOCが高い女子児童は、SOCが低い女子児童に比べるとストレスを抱えてもひとりきりになることは少ないが、周囲の者に相談して問題の解決を図ろうとする傾向もみられないことから、周囲の者は解決に向けて助言することが望ましいと考えられる。

本研究は、小学校4～6年生児童のストレス対処力(SOC)とストレス対処方略との関連を検討し、SOCのレベルによりストレス対処方略のとり方

に違いがあることを明らかにした点に意義がある。しかしながら、以下のような限界と課題が考えられる。第一に、本対象者は神奈川県内の近郊に位置する公立小学校1校に通う児童であるため、今後は調査対象地域や学校数を増やすことにより大規模調査を行い、本知見の一般化について検証する必要がある。第二に、本研究では、SOCとストレス対処方略との関連について、児童がストレスを感じやすい特定の対人場面を想定させ、対処方略について回答を求めて検証した。したがって、ストレス対処力としてのSOCの作用機序を明らかにする上では、今後、児童が実際に直面したストレスフルな状況とその重要性を明らかにし、ストレス対処方略との関連を検討することも必要であると考えられる。これらを踏まえ、小学校高学年期の健康の保持や増進を図るために、ストレス対処のプロセスにおけるSOC概念を用いた具体的支援のあり方をさらに追究したい。

文 献

- 吉田甫, 山内光哉. 青年期の特色. 山内光哉 (編著). 発達心理学 (下) 第2版: 青年・成人・老年期. 京都: ナカニシヤ出版, 2001: 23-37.
- 岩瀬信夫, 池田貴子, 金子愛, 他. 小学5, 6年児童のライフイベントとストレスに関する研究. 愛知県立看護大学紀要, 2005; 11: 11-21.
- 日本学校保健会. 保健室利用状況に関する調査報告書 平成23年度調査結果. 東京: 日本学校保健会, 2013: 79.
- 三浦浩美, 舟越和代, 小川佳代. 小学生の心身の状態の知覚とストレス対処行動—低学年と高学年の違い—. 日本看護研究学会雑誌, 2008; 31: 256.
- Antonovsky A. Perceiving the world as coherent. In: Antonovsky A, Health, Stress, and Coping: New Perspectives on Mental and Physical Well-Being. San Francisco: Jossey-Bass Inc., Publishers, 1979: 123-159.
- 山崎喜比古. ストレス対処力SOC(sense of coherence)の概念と定義. 看護研究, 2009; 42: 479-490.
- 坂野純子, 関由起子, 山崎喜比古, 他. 対処の成功と健康への道. 山崎喜比古, 吉井清子 監訳. 健康の謎を解く: ストレス対処と健康保持のメカニズム. 東京: 有信堂高文社, 2001: 149-187.
- 重久剛. 対処のプロセス—伝統的な考え方に代わるもの. 本明寛, 春木豊, 織田正美 監訳. ストレスの心理学: 認知的評価と対処の研究. 東京: 実務教育出版, 1991: 143-181.
- Torsheim T, Aaroe L, Wold B. Sense of coherence and school-related stress as predictors of subjective health complaints in early adolescence: interactive, indirect or direct relationships? Soc Sci Med, 2001; 53: 603-614.
- 坂野純子, 戸ヶ里泰典, 山崎喜比古, 他. 児童用SOCスケール日本語版開発の試み. 学校保健研究, 2009; 51: 39-47.
- Honkinen P, Suominen S, Välimaa R, et al. Factors associated with perceived health among 12-year-old school children: relevance of physical exercise and sense of coherence. Scand J Public Health, 2005; 33: 35-41.
- Perlin L, Schooler C. The structure of coping. J Health Soc Behav, 1978; 19: 2-21.
- Holahan C, Moos R. Life stress and health: personality, coping, and family support in stress resistance. J Pers Soc Psychol, 1985; 49: 739-747.
- Endler N, Parker J. Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation. J Pers Soc Psychol, 1990; 58: 844-854.
- Carver C. You want to measure coping but your protocol's too long: consider the brief COPE. Int J Behav Med, 1997; 4: 92-100.
- 坂田成輝. 心理的ストレスに関する一研究: コーピング尺度(SCS)の作成の試み. 早稲田大学教育学部学術研究: 教育・社会教育・教育心理・体育編, 1989; 38: 61-72.
- Johnson M. Approaching the salutogenesis of sense of coherence: the role of 'active' self-esteem and coping. Brit J Health Psych, 2004; 9: 419-432.
- Heiman T. Examination of the salutogenic model, support resources, coping style, and stressors among Israeli university students. J Psychol, 2004; 138: 505-520.
- Pallant J, Lae L. Sense of coherence, well-being, coping and personality factors: further evaluation of the sense of coherence scale. Pers Indiv Differ, 2001; 33: 39-48.
- 藤里紘子, 小玉正博. 首尾一貫感覚 (Sense of Coherence) とストレス反応, および対処方略との関連. ヒューマン・ケア研究, 2009; 10: 23-33.
- Compas E, Connor-Smith J, Saltzman H, et al. Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress, and potential in theory and research. Psychol Bull, 2001; 127: 87-127.
- Ryan N. Stress-coping strategies identified from school age children's perspective. Res Nurs

- Health, 1989 ; 12 : 111-122.
- 23) Ayers T, Sandler I, West S, et al. A dispositional and situational assessment of children's coping : testing alternative models of coping. *J Pers*, 1996 ; 64 : 923-958.
- 24) Gamble W. Perceptions of controllability and other stressor event characteristics as determinants of coping among young adolescents and young adults. *J Youth Adolescence*, 1994 ; 23 : 65-84.
- 25) 嶋田洋徳. コーピングの測定 (研究 4). 嶋田洋徳, 小中学生の心理的ストレスと学校不適応に関する研究. 東京 : 風間書房, 1998 : 105-119.
- 26) 嶋田洋徳, 秋山香澄, 三浦正江, 他. 小学生のコーピングパターンとストレス反応との関連. 日本教育心理学会総会発表論文集, 1993 : 556.
- 27) Band E, Weisz J. How to feel better when it feels bad : children's perspectives on coping with everyday stress. *Dev Psychol*, 1988 ; 24 : 247-253.
- 28) Causey D, Dubow E. Development of a self-report coping measure for elementary school children. *J Clin Child Psychol*, 1992 ; 21 : 47-59.
- 29) 大竹恵子, 島井哲志, 嶋田洋徳. 小学生のコーピング方略の実態と役割. *健康心理学研究*, 1998 ; 11 (2) : 37-47.
- 30) 増満誠, 堀尾良弘. 児童期の学校ストレスの実態と学校心理的ストレス尺度の作成. 鹿児島大学医学部保健学科紀要, 2007 ; 17 : 55-63.
- 31) 岡安孝弘, 由地多恵子, 高山巖. 児童用メンタルヘルス・チェックリスト (簡易版) の作成とその実践的利用. 宮崎大学教育学部教育実践研究指導センター紀要, 1998 ; 5 : 27-41.
- 32) 嶋田洋徳. 心理的ストレス反応の測定 (研究 2). 嶋田洋徳. 小中学生の心理的ストレスと学校不適応に関する研究. 東京 : 風間書房, 1998 : 82-95.
- 33) Asarnow J, Carlson G, Guthrie D. Coping strategies, self-perceptions, hopelessness, and perceived family environments in depressed and suicidal children. *J Consult Clin Psych*, 1987 ; 55 : 361-366.
- (受稿 2013. 8. 29 ; 受理 2014. 7. 23)
-