

## 高校生における心理的ストレス反応の構成因子と 運動部活動所属差

渋谷崇行\* 小泉昌幸\*\*

(平成12年10月31日 受理)

A Study of Constructive Factors of Psychological Stress Response in High School Students and Comparison Based on the Difference in Belonging to Athletic Clubs

Takayuki SHIBUKURA\* Masayuki KOIZUMI\*\*

The purposes of this study were to examine the constructive factors of psychological stress response in high school students, and to compare student's stress responses who did not belong to athletic clubs with athlete's. Subjects were 945 high school students (484 males and 461 females) in public school, they were required to estimate their recent affects, consciousness and behavior for each of 53 items.

First, the stress response scale for high school students was developed. As a result of factor analysis, five main factors were extracted; "depressive-anxious feeling", "fearful-disappoint feeling", "helpless-withdrawn feeling", "restlessness" and "irritated-angry feeling". This scale include 39 items and  $\alpha$ -coefficients were enough high to support the high reliability of each factor. Furthermore that's scores were compared between two groups; high stress group which had high dislikable feeling, and low group which had low dislikable feeling. As a results of analyses of variance, it was revealed that the scores of high stress group were higher than low stress group's. It was suggested that the stress response scale in this study had high validity.

Second, the results of analyses of variance on belonging to athletic clubs and gender in the stress response scale for high school students revealed that the students belonging to athletic clubs showed lower stress responses in "helpless-withdrawn feeling" and that female showed higher stress responses in "depressive-anxious feeling".

Finally, the significance of psychological stress studies given consideration to various factors from the viewpoint of interpreting stress process in high school athlete was discussed.

Key words : stress response, athletic club, high school student, factor analysis

### 1. はじめに

近年、学校現場が抱える深刻な問題として「登校拒否」や「いじめ」に代表される児童生徒の逸脱行動をあげることができる。これら諸問題を引き起こす原因として、児童生徒をとりまく社会的環境の変化や家庭環境などに起因する要素が指摘されつつある。そして、彼らが一日の大半を過ごす学校生活におけるさまざまな心理的ストレスは、そうした問題行動を説明する最も大きな要因として注目を浴びてきた。教育心理学の分野では、こうした児童生徒の日常学校生活におけるさまざまな刺激状態を「学校ストレス」<sup>1,15,16,18,23)</sup>と捉え、子どもの問題行動や精神衛生に対してアプローチを試みる研究が行われている。学校ストレス研究に対しては、ストレッサー、ストレス反応、ストレス対処、ソーシャルサポートなど、心理的ストレスに関わる様々な視点か

\*体育学助手 \*\*体育学助教授

ら包括的な知見が蓄積されている。これら研究の成果には、学校ストレスとしての運動部活動（以下、部活動と称す）に関する報告もいくつかある。

例えば、岡安ら<sup>13)</sup>は中学生を対象とした学校ストレス調査において、「教師との関係」「友人関係」「部活動」「学業」をその構成因子として抽出している。とりわけストレスとしての部活動については、生徒が直面する嫌悪的出来事を経験頻度、及びその嫌悪性は比較的高いことを示しているが、ストレス反応との関連性はあまりみられないことを報告している。また、杉原ら<sup>21)</sup>は小学生から大学生までを対象とした調査において、スポーツ活動（部活動）によるストレス反応の生起をスポーツ非実施者と比較することによって検討しており、その結果を受け、スポーツを行うことによって日常生活でのストレスを解消している傾向がみられたと報告している。これらの報告は、スポーツ活動（部活動）には日常生活におけるストレスを解消する効果があるということを指摘している。一方、調査対象者を大学運動部員（以下、部員と称す）に絞ったストレス研究<sup>11)</sup>では、部活動内部にもストレス反応を喚起するほどのストレスがあることを報告している。このように、ストレス研究の立場から部活動を捉えると、ストレス対応としての部活動とストレスとしての部活動との両側面を確認することができる。それでは、その双方を比較したときに部活動の機能としてはどちらの影響力が強いのか。これを検討する一材料として、本研究では部活動所属の有無によるストレス反応の表出差に注目した。

ところで、ストレス反応の尺度化はこれまで多種多様な方法で試みられてきた<sup>12)</sup>。ストレス反応の評価は、それを多面的に捉えることにより多様なストレス反応を包括的に調べることが可能になるといえる。特定のストレス反応のみを測定する一次的評価では、ストレス反応の多様性や個人差を十分に説明することは不可能であるといえよう。こうした指摘に対する試みの一つとして、新名ら<sup>10)</sup>は日常生活の中で人間が遭遇する心理的ストレスの多面性をふまえたうえでストレス反応を評価する、一般人向けの自己評定尺度「心理的ストレス反応尺度（Psychological Stress Response Scale；PSRS）」を開発した。PSRSは、情動的反応に関する4下位尺度、認知・行動的反応に関する9下位尺度、全13下位尺度により構成されており、多様な反応を網羅した信頼性の高い測定装置といえる。高校生を対象とした本研究においても、多様なストレス反応を測定できる尺度は必要であり、まずは彼らが表出するストレス反応の因子構造について確認することが求められる。

本研究の目的は、表出されるストレス反応に部活動所属による差があるのかを検討することである。そこで、調査対象者をストレス反応の生起が他の学校期より比較的顕著と思われる高校生<sup>3,5,21,22)</sup>に絞り、PSRSの項目を用いて本研究におけるストレス反応尺度を作成した。そして、それを尺度としたうえで部員とそれ以外の生徒（以下、一般生徒と称す）との反応表出の状態を比較した。

## 2. 調査方法

調査対象 N市の県立高校2校の1,2年生1018名のうち、有効回答者945名（一

一般生徒男子 197 名，一般生徒女子 275 名，部員男子 287 名，部員女子 186 名：有効回答率 92.8%）。

調査材料 新名ら<sup>10)</sup>によって作成された PSRS53 項目を用いた。回答方法は、ストレス反応項目のそれぞれに対して、最近の感情，意識，行動の状態を最もよく表すよう，4 段階（「全くちがう (0)」「いくらかそうだ (1)」「ほぼその通りだ (2)」「全くその通りだ (3)」）で評定するよう求めた。また，本研究で採用されたストレス反応尺度の妥当性を検証する手続きとして，杉原ら<sup>21)</sup>の研究を参考にして作成されたストレッサー尺度を基準測度とし（一般生徒 8 項目，部員 16 項目），それぞれの項目に対して，最近どの程度不愉快な思いを抱いているかを，4 段階（「全く不愉快ではない (0)」「少し不愉快を感じる (1)」「かなり不愉快を感じる (2)」「非常に不愉快を感じる (3)」）の評定で求めた。

調査時期 1997 年 6 月

手続き 各学級担任を介した留置法により無記名方式で実施した。

### 3. 結果

#### 3.1 ストレス反応尺度の因子構造

ストレス反応をあらわす 53 項目に対して，主因子法，及びバリマックス回転により因子分析を行った。固有値 1.0 以上の基準で 7 因子が抽出された。それぞれの固有値は，第 1 因子 5.92，第 2 因子 4.83，第 3 因子 4.54，第 4 因子 4.01，第 5 因子 3.88，第 6 因子 2.57，第 7 因子 2.29 であった。固有値の差は第 5 因子と第 6 因子との間で最も大きかったので，5 因子基準で再度，主因子法，バリマックス回転による分析を行った。抽出された因子とそれに含まれる項目，各因子の  $\alpha$  係数，寄与率，及び各ストレス反応項目の因子負荷量，平均得点（標準偏差）を示したものが Table1 である。なお，因子の解釈には因子負荷量.4 以上の項目を用いた。

第 1 因子に含まれる項目は，「3.心に不安感がある」「39.あれこれと思い悩む」など不安感情や抑うつ感情を示す項目で構成されていた。したがって，この因子は「抑うつ・不安」に関する因子であるといえる（寄与率 10.70%， $\alpha = .91$ ）。第 2 因子に含まれる項目は，「22.残念な気持ちだ」など落胆の感情を示す項目と，「24.びくびくしている」など恐れを示す感情で構成されていた。したがって，この因子は「恐れ・落胆」に関する因子であるといえる（寄与率 10.50%， $\alpha = .90$ ）。第 3 因子に含まれる項目は，「52.話すことがいやで，わずらわしく感じられる」など対人関係における引きこもり感情を示す項目と，「42.生気がなく，心の張りがでない」など無気力の感情を示す項目とで構成されていた。したがって，この因子は「無気力・引きこもり」に関する因子であるといえる（寄与率 10.31%， $\alpha = .88$ ）。第 4 因子に含まれる項目は，「44.行動に落ちつきがない」「49.頭の回転が鈍く，考えがまとまらない」など気のあせりによる思考や行動の焦燥的感情を示す項目で構成されていた。したがって，この因子は「焦燥」に関する因子であるといえる（寄与率 10.05%， $\alpha = .84$ ）。第 5 因子に含まれる項目の内容は，「4.怒りを感じる」「19.いらいらする」など，不機嫌

Table1 The result of factor analysis of the psychological stress response scale

Item	Mean(S.D.)	Factor					h2
		F1	F2	F3	F4	F5	
<b>F1. Depressive-anxious feeling (10 item, <math>\alpha = .91</math>)</b>							
3. 心に不安感がある	1.16 (0.89)	<b>.62</b>	.21	.17	.25	.29	.60
39. あれこれと思い悩む	1.29 (1.01)	<b>.62</b>	.11	.27	.33	.10	.59
8. さみしい気持ちだ	0.83 (0.96)	<b>.61</b>	.40	.13	.06	.29	.64
12. 不安を感じる	1.09 (0.94)	<b>.58</b>	.29	.18	.25	.29	.60
2. 悲しい	0.74 (0.90)	<b>.57</b>	.41	.14	.04	.28	.59
17. 気分が落ちこみ, 沈む	0.81 (0.94)	<b>.52</b>	.44	.28	.17	.27	.64
32. 誰かになぐさめてほしい, 自分を支えてほしいと思う	1.11 (1.07)	<b>.52</b>	.16	.09	.28	.16	.41
5. 泣きたい気分だ	0.73 (0.96)	<b>.51</b>	.41	.13	-.01	.28	.52
30. 次々とよくないことを考え, 取り越し苦労をする	0.97 (1.01)	<b>.47</b>	.16	.30	.32	.08	.45
11. むなしい感じがする	0.91 (1.00)	<b>.47</b>	.38	.27	.16	.31	.56
	0.96 (0.97)						
<b>F2. Fearful-disappoint feeling (7 item, <math>\alpha = .90</math>)</b>							
22. 残念な気持ちだ	0.42 (0.79)	.16	<b>.70</b>	.26	.15	.19	.64
23. がっかりする	0.48 (0.79)	.21	<b>.66</b>	.24	.21	.19	.61
24. びくびくしている	0.40 (0.77)	.24	<b>.62</b>	.25	.26	.09	.58
21. 恐怖感を抱く	0.42 (0.81)	.27	<b>.60</b>	.22	.26	.11	.56
20. みじめな気持ちだ	0.52 (0.87)	.38	<b>.57</b>	.36	.15	.21	.66
15. 気が動転している	0.35 (0.73)	.12	<b>.56</b>	.22	.28	.21	.50
18. 気持ちが緊張している	0.51 (0.73)	.24	<b>.54</b>	.15	.25	.17	.46
	0.44 (0.79)						
<b>F3. Helpless-withdrawn feeling (9 item, <math>\alpha = .88</math>)</b>							
52. 話すことがいやで, わずらわしく感じられる	0.49 (0.77)	.00	.23	<b>.63</b>	.16	.20	.52
43. 他人に会うのがいやで, わずらわしく感じられる	0.58 (0.84)	.11	.23	<b>.60</b>	.12	.19	.47
47. 生きているのがいやだ	0.44 (0.83)	.17	.24	<b>.55</b>	.13	.19	.45
42. 生気がなく, 心の張りがでない	0.69 (0.88)	.23	.22	<b>.53</b>	.37	.16	.55
51. 無気力で, やる気がでない	0.96 (1.02)	.13	.14	<b>.52</b>	.35	.20	.47
29. 何もかもいやだと思う	0.84 (0.98)	.31	.13	<b>.52</b>	.21	.34	.54
38. 未来に希望がもてない	0.79 (0.94)	.23	.14	<b>.51</b>	.26	.09	.41
28. 人が信じられない	0.62 (0.85)	.22	.20	<b>.50</b>	.14	.24	.41
34. 自分の殻に閉じこもる	0.66 (0.86)	.30	.21	<b>.45</b>	.29	.09	.43
	0.67 (0.89)						
<b>F4. Restlessness (7 item, <math>\alpha = .84</math>)</b>							
44. 行動に落ちつきがない	0.67 (0.89)	.13	.31	.10	<b>.64</b>	.22	.58
49. 頭の回転が鈍く, 考えがまとまらない	0.74 (0.85)	.10	.17	.31	<b>.59</b>	.09	.48
31. 話や行動にまとまりがない	0.91 (0.89)	.20	.14	.18	<b>.58</b>	.14	.45
53. むやみに動きまわり, じっとしてられない	0.46 (0.80)	-.01	.27	.08	<b>.53</b>	.21	.41
40. 複雑な思考や柔軟な思考ができない	0.83 (0.91)	.20	.12	.34	<b>.49</b>	.13	.43
48. すぐあることが頭にうかんできて, 注意が乱される	0.72 (0.87)	.23	.24	.26	<b>.46</b>	.15	.41
35. 仕事が手につかない	0.75 (0.88)	.20	.18	.30	<b>.45</b>	.16	.39
	0.73 (0.87)						
<b>F5. Irritated-angry feeling (6 item, <math>\alpha = .87</math>)</b>							
4. 怒りを感じる	0.87 (0.89)	.16	.21	.24	.12	<b>.68</b>	.61
19. いらいらする	0.88 (0.94)	.16	.20	.30	.23	<b>.63</b>	.61
16. 不愉快な気分だ	0.81 (0.94)	.25	.28	.34	.09	<b>.62</b>	.65
10. 憤まんがつのる	0.74 (0.88)	.29	.27	.21	.21	<b>.58</b>	.58
1. 不機嫌で, 怒りっぽい	0.94 (0.77)	.13	.10	.21	.28	<b>.58</b>	.48
7. 感情の起伏が激しい	1.00 (0.97)	.27	.10	.07	.38	<b>.48</b>	.45
	0.87 (0.90)						
Eigenvalue		5.67	5.57	5.46	5.33	4.43	
Pct of Var (%)		10.70	10.50	10.31	10.05	8.35	
Cum Pct (%)		10.70	21.21	31.51	41.57	49.92	

や怒りの感情を示す項目で構成されていた。したがって、この因子は「不機嫌・怒り」に関する因子であるといえる（寄与率 8.35%,  $\alpha = .87$ ）。以上、抽出された 5 因子の累積寄与率は 49.92% であり、各因子における  $\alpha$  係数は .84-.91 と比較的高い水準で、本尺度の下位因子は一貫性の高い項目で構成されていることが示された。

### 3.2 ストレス反応尺度の妥当性の検証

ストレス反応尺度の妥当性を検証する手続きとして、基準測度としてとりあげたストレッサー尺度に対する嫌悪的感情の評価 (Table2) をもとに、調査対象者を高ストレス群と低ストレス群の 2 群に分類した。そして、それらが示すストレス反応得点を比較することにより、本尺度の妥当性の検討を試みた。学校生活で経験する不快な出来事が多いほど、またそれに対する嫌悪感が強いほど、生徒のストレス反応の表出はより高いことが明らかとされている<sup>10)</sup>。設けられた基準測度は、学校生活、及び部活動で経験し得る出来事に対して、生徒が抱く嫌悪的感情を評価するものである。基準測度で測定される内容は、本研究尺度で測定されるストレス反応の内容と強く関連していると考えられる。

Table3 は、一般生徒、及び部員における各群のストレス反応下位尺度毎の平均得点 (標準偏差) と、t 検定の結果を示したものである。なお、各群は、基準となる尺度の合計得点の 50 パーセンタイル (一般生徒<8 項目 0-24> ; M=8.82, SD=3.93, P<sub>50</sub>=8, 部員<16 項目 0-48> ; M=15.12, SD=7.46, P<sub>50</sub>=15, ) を基準とし、それ以上の得点を示した調査対象者を高ストレス群 (一般生徒 ; 287 名, M=11.13, SD=3.03, 部員 ; 240 名, M=20.85, SD=5.72) , それ未満の得点を示した調査対象者を低ストレス群 (一般生徒 ; 185 名, M=5.17, SD=1.56, 部員 ; 233 名, M=9.23, SD=3.30) とした。その結果、一般生徒、部員とも、全ての下位尺度において、t 値は有意であり (p<.001) , ス

Table2 Mean scores of stressor

Stressor	Student N=472	Athlete N=473
<School life>		
Class	1.43 (0.79)	1.46 (0.78)
Examination	1.59 (0.90)	1.49 (0.86)
Teacher	1.38 (0.86)	1.50 (0.90)
Friend	0.67 (0.75)	0.54 (0.70)
Health	0.62 (0.81)	0.52 (0.73)
Scholastic attainments	1.32 (0.90)	1.38 (0.89)
Family	0.83 (0.88)	0.80 (0.88)
Other activities	0.95 (0.90)	1.16 (0.93)
<Athletic life>		
Practice		0.98 (0.98)
Game		0.84 (0.91)
Coach		1.11 (1.08)
Teammate		0.42 (0.72)
Health / Injury		0.52 (0.82)
Performance		0.96 (0.91)
Family		0.39 (0.69)
Other activities		1.05 (1.01)
Total score	8.82 (3.93)	15.12 (7.46)

トレス反応得点は、高ストレス群の方が低ストレス群よりも高いということが示された。このように、学校生活で経験し得る嫌悪的出来事に対して、生徒が抱く不快感情の程度が高いほどストレス反応の水準も高くなるということが示されたことから、本尺度の妥当性は支持されたと考えることができる。

### 3.3 ストレス反応の部活動所属差

ストレス反応の部活動所属差、さらに性との関わりで交互作用がないかを検討するため、ストレス反応尺度の 5 下位尺度それぞれについて、部活動所属、性を要因とした 2 要因分散分析を行った。ストレス反応の所属別、性別の平均得点 (標準偏差) , 及び分散分析の結果を示した

Table3 The results of t-test of high stressor group and low stressor group

Factor	Student		t-value	Athlete		t-value
	High-G N=287	Low-G N=185		High-G N=240	Low-G N=233	
F1. Depressive-anxious feeling (0-30)	12.05 (7.08)	6.65 (5.74)	9.09 p<.001	12.15 (7.41)	6.47 (6.09)	9.10 p<.001
F2. Fearful-disappoint feeling (0-21)	4.02 (4.72)	1.86 (3.49)	5.70 p<.001	4.36 (5.10)	1.65 (2.95)	7.11 p<.001
F3. Helpless-withdrawn feeling (0-27)	8.43 (6.05)	4.04 (4.38)	9.12 p<.001	7.56 (5.89)	3.22 (3.85)	9.51 p<.001
F4. Restlessness (0-21)	6.25 (4.40)	3.57 (3.46)	7.37 p<.001	6.46 (4.67)	3.43 (3.54)	7.96 p<.001
F5. Irritated-angry feeling (0-18)	6.87 (4.22)	3.02 (2.96)	11.65 p<.001	6.74 (4.43)	3.40 (3.25)	9.37 p<.001

Table4 The results of ANOVA for belonging to athletic clubs and gender

Factor	Student		Athlete		Belong to F-value	Gender F-value	Interaction F-value
	Male (N=197)	Female (N=275)	Male (N=287)	Female (N=186)			
F1. Depressive-anxious feeling (0-30)	5.74 (4.43)	5.09 (4.05)	5.02 (4.18)	5.21 (4.33)	0.59	4.71 * m<f *	2.65
F2. Fearful-disappoint feeling (0-21)	3.62 (4.85)	2.85 (4.04)	2.99 (4.28)	3.09 (4.57)	0.47	1.32	2.22
F3. Helpless-withdrawn feeling (0-27)	7.48 (6.15)	6.15 (5.58)	5.49 (5.37)	5.33 (5.56)	14.23 ** ath<stu **	3.97 *	2.45
F4. Restlessness (0-21)	5.32 (4.53)	5.11 (4.06)	5.07 (4.37)	4.82 (4.50)	0.89	0.67	0.00
F5. Irritated-angry feeling (0-18)	5.74 (5.09)	4.43 (4.05)	5.02 (4.18)	5.21 (4.33)	1.13	0.66	2.22

\*p<.05 \*\*p<.001

ものが Table4 である。

部活動所属差に有意な主効果が認められたストレス反応は「無気力・引きこもり」(F[1,941]=14.23, p<.001)であり、下位検定を行ったところ未所属者の方が所属者よりも有意に得点が高かった(p<.001)。また、性差に有意な主効果が認められたストレス反応は「抑うつ・不安」(F[1,941]=4.71, p<.05)、「無気力・引きこもり」(F[1,941]=3.97, p<.05)であり、下位検定を行ったところ、「抑うつ・不安」については女子の方が男子よりも有意に得点が高く(p<.05)、「無気力・引きこもり」については有意差を認めることはできなかった。なお、部活動所属と性との交互作用は認められなかった。

#### 4. 考察

本研究における因子分析の結果、高校生に観察されるストレス反応として「抑うつ・不安」「恐れ・落胆」「無気力・引きこもり」「焦燥」「不機嫌・怒り」の5因子が抽出された。これらの因子のうち、「抑うつ・不安」「不機嫌・怒り」については、同様の因子が各学校期<sup>14,17,19)</sup>において報告済みである。これらは児童生徒のストレス反応をあらわす代表的な因子とってよいであろう。また、「焦燥」はPSRSの下位尺度のうち、焦燥、及び思考力低下に関する項目で構成されていることから、焦りの感情を示す因子として、内容的にも妥当性が高いといえる。さらに、「無気力・引きこもり」については、無気力の感情に関する内容に加え、対人関係における引きこもり感情を示す内容により構成されていた。これら2つの反応が同一因子として集約されたことは、無気力状態が、社会的場面における自身の非能動的行動を伴うことを表している。これは消極的な友人関係を、児童生徒の無気力感をあらわす様態の一要素として捉えている笠井ら<sup>7)</sup>の主張を支持するものである。一方、相手に対する脅威性の認知により表出される反応は、「恐れ・落胆」の感情である。脅威的な環境刺激にさらされるとき生徒は恐怖感を経験し、さらにそれに対するコントロール感が低ければそれに追随したかたちで落胆の感情も生起する。ところで、脅威性の認知はなにも

対人関係ばかりに認められるのではない。例えば、中学生のテスト不安に関する調査<sup>9)</sup>においても、脅威性の認知と落胆の反応との関連性が報告されている。恐れや落胆の感情を表出させるストレスラーについての検討は今後さらに望まれるところであるが、そうした反応を引き起こす脅威的な環境刺激は、おそらく部活動においても多く含まれると考えられる。

ストレス反応の部活動所属差については、「無気力・引きこもり」において部員の方が一般生徒よりもストレス反応の表出が少なかった。有意差が認められたのは5因子中この1因子であったが、この結果は部活動には少なくとも「無気力・引きこもり」反応の表出を低減する機能があることを示している。スポーツ活動を主な内容とする部活動は、なんらかの目標の達成に向けた目的的な活動といえる。そのような活動をしている部員は無気力や引きこもりの感情をもつことは少ないということである。逆に、「無気力・引きこもり」以外のストレス反応については、部活動を行うことによるストレス反応低減効果はみられなかったということになる。

## 5. 結論と今後の課題

本研究の目的は、高校生のストレス反応に部活動所属による差があるのかを検討することであった。因子分析の結果、高校生に観察されるストレス反応として「抑うつ・不安」「恐れ・落胆」「無気力・引きこもり」「焦燥」「不機嫌・怒り」の5因子が抽出された。さらに、ストレス反応の部活動所属差については「無気力・引きこもり」において部員の方が一般生徒よりもストレス反応の表出が少ないという結果が得られた。これより、部活動がストレス対応として機能しているのか、ストレスラーとして機能しているのかという問題に対しては、ストレス対応としての影響力の方がより強い傾向を示すことが認められた。

今回の調査では、心理的ストレス過程<sup>8)</sup>におけるストレス反応の表出のみを変数としてとりあげてきた。ただし、ストレスは本来過程として捉えられるものであるから、本研究はストレス過程の一要素に限定した検討ということになる。今後、部活動が部員のストレス反応に及ぼす影響を検討するためには、ストレスラーとストレス反応との間における媒介諸変数についても検討される必要がある。そうした議論の必要性は、本研究結果に則していえば次のようになる。

部内に形成されるソーシャルサポートネットワークは、ストレス対処に効果的に機能することが考えられる。嶋<sup>20)</sup>の報告にもあるように、高校生にとって友人からのサポートは心理的にも物理的にも評価が高く、高校生のネットワークにおいては最も多くの支援を期待できるサポート源であるといえる。特に、部活動は自らの意志で参加するものであり、同一の目標を共有する仲間集団を構成単位として活動が展開される。つまり、集団の凝集性は比較的高いと考えられ、部員同士のサポートネットワークは緊密的であるといえるであろう。このように、部員が適切なサポートを得る機会是一般生徒のそれより多いと考えられ、親密な友人をサポート源とした支援はストレス反応の低減に対して有効に機能するものと考えられる。本研究結果も、そうした部内の

ソーシャルサポートの有効性を示唆しており、ストレス反応を予測する重要な変数として、それらの関連性を見逃せないところである。

また、コントロール可能性の認知的評価やストレス対処の行動は、個人が所有する問題解決技能の水準により異なると思われる。今回の調査で示されたストレス反応の表出の差は、ストレス反応の低減に効果的な対処スキルを、部員の方がより習得できていたことによると考えることもできる。部活動は一般生徒が体験し得ない多くの刺激を含んだ活動であるといわれている<sup>2,4)</sup>。そうしたストレスを伴う環境に適応できず、なかにはドロップアウトを経験する者もいるであろう。ただ、部活動を継続している部員は、ストレスフルな状況に直面してもいくらかは適応できる者であり、対処スキルの習得がある程度なされてきたと考えられる。それに対して、ストレスフルな状況での経験が比較的乏しいと思われる一般生徒は、対処スキルを習得する機会は比較的少なかったと予想される。そうした対処スキルの習得の差が、ストレス反応表出の差となって表れることは十分に考えられるところである。

## 文献

- 1) Ahrentzen, S., Jue, G.M., Skorpanich, M.A., & Evans, G.W. (1982) School Environments and stress. Evans, G.W.(ed.), Environmental stress, Cambridge University Press, pp.224-255.
- 2) 青木邦雄(1989) 高校運動部員の部活動継続と退部に関する要因. 体育学研究: 34, pp.89-100.
- 3) 深見和男, 加賀秀夫, 杉原隆, 石井源信, 筒井清次郎, 杉山哲司(1995) 青少年のスポーツ活動で何がストレスとなるか—競技レベル別, 性別にみたストレスの実態—. 平成7年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 No.VII 青少年のスポーツ参加に関する研究—第3報—, pp.63-74.
- 4) 稲地裕昭・千駄忠至(1992) 中学生の運動部活動における退部に関する研究: 退部因子の抽出と退部予測尺度の作成. 体育学研究: 37, pp.55-68.
- 5) 石井源信, 杉山哲司, 加賀秀夫, 杉原隆, 深見和男, 筒井清次郎(1995) どのようなストレスが離脱に影響するか. 平成7年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 No.VII 青少年のスポーツ参加に関する研究—第3報—, pp.86-99.
- 6) 神村栄一(1995) ストレス対処の個人差に関する臨床心理学的研究. 風間書房: 東京.
- 7) 笠井孝久・村松健司・保坂亨・三浦香苗(1995) 小学生・中学生の無気力感とその関連要因. 教育心理学研究: 43(4), pp.71-82.
- 8) Lazarus, R.S. and Smith, C.A. (1984) Stress, Appraisal and Coping. Springer.
- 9) 三浦正江・嶋田洋徳・坂野雄二(1997) 中学生におけるテスト不安の継時的変化—心理的ストレスの観点から—. 教育心理学研究: 45(1), pp.31-40.
- 10) 新名理恵・坂田成輝・矢富直美・本間昭(1990) 心理的ストレス反応尺度の開発. 心身医学: 30(1), pp.29-38.

- 11) 岡浩一朗・竹中晃二・松尾直子・堤 俊彦 (1998) 大学生アスリートの日常・競技ストレス尺度の開発およびストレスの評価とメンタルヘルスの関係, 体育学研究 : 43, pp.245-259.
- 12) 岡安孝弘・片柳弘司・嶋田洋徳・久保義郎・坂野雄二 (1993) 心理社会的ストレス研究におけるストレス反応の測定. 早稲田大学人間科学研究 : 6(1), pp.125-134.
- 13) 岡安孝弘・嶋田洋徳・丹羽洋子・森俊夫・矢富直美 (1992) 中学生の学校ストレスの評価とストレス反応との関係. 心理学研究 : 63(5), pp.310-318.
- 14) 岡安孝弘・嶋田洋徳・坂野雄二 (1992) 中学生用ストレス反応尺度の作成の試み. 早稲田大学人間科学研究 : 5(1), pp.23-29.
- 15) Phillips, B.N. (1978) School stress and anxiety. Human Sciences : New York.
- 16) 坂野雄二 (1997) 社会状況と子どものストレス. 「教育相談研究」編集委員会, 教育相談研究. 実務教育出版 : 東京, pp.2-5.
- 17) 坂野雄二・嶋田洋徳・三浦正江・森治子・小田美穂子・猿渡末治 (1994) 高校生の認知的個人差が心理的ストレスに及ぼす影響. 早稲田大学人間科学研究 : 7(1), pp.75-90.
- 18) 嶋田洋徳・岡安孝弘・坂野雄二 (1992) 児童の心理的ストレスと学習意欲との関連. 健康心理学研究 : 5, pp.7-19.
- 19) 嶋田洋徳・戸ヶ崎泰子・坂野雄二 (1994) 小学生用ストレス反応尺度の開発. 健康心理学研究 : 7(2), pp.46-58.
- 20) 嶋信宏 (1994) 高校生のソーシャル・サポート・ネットワークの測定に関する一研究. 健康心理学研究 : 7(1), pp.14-25.
- 21) 杉原隆・杉山哲司・加賀秀夫・石井源信・深見和夫・筒井清次郎 (1995) 青少年スポーツ競技者のストレス反応. 平成7年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 No.VII 青少年のスポーツ参加に関する研究-第3報-, pp.100-105.
- 22) 杉山哲司, 加藤秀夫, 杉原隆, 石井源信, 深見和男, 筒井清次郎 (1995) 青少年のスポーツにおけるストレスと勝利志向. 平成7年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 No.VII 青少年のスポーツ参加に関する研究-第3報-, pp.75-85.
- 23) 津田彰・片柳弘司 (1997) 学校教育そのものがストレスか. 「教育相談研究」編集委員会, 教育相談研究. 実務教育出版 : 東京, pp.14-18.
- 24) 吉松俊一・鎌田哲郎 (1991) ストレス対応としてのスポーツ. 佐藤昭夫・朝長正徳編, ストレスの仕組みと積極的対応. 藤田企画出版株式会社 : 青森, pp.138-141.