茨城大学教育学部紀要（教育科学）54号（2005）429 － 447

受験を間近に控えた高校生が置かれている社会的背景の分析とそこから生じる不安に関する一考察

安達　喜美子＊・原　光広＊＊

（2004年10月4日受理）

Analysis of Social Environment of High School Students Facing Entrance Exams and Some Thought on the Anxiety caused by this Critical Situation

Kimiko ADACHI* and Mitsuhiro HARA**

(Received October 4, 2004)

問題提起

近年の青年が精神的に脆弱になってきているとの指摘をよく耳にする。青年期中期に位置する高校生もその兆候を顕著に示していることを実感している。たとえば，試験の結果から，合格可能性を示す数値がわずかに下がっただけで不安を抱き面接を希望してくる。とりわけ大学進学率が高い高校では，冷静に現実吟味せずに不安が先行するような心理状態になっている。そのような生徒は，結果が良い時には容易に万能感に浸ってしまう一方で，失敗すると無力感や挫折感に陥る。こうした状況を見ると，高校生の精神的幼さ，脆弱さが推測できる。このような高校生が自分の将来の可能性を左右するような大学受験に直面せざるを得ない状況にあることを考えると，彼らが容易に不安な心理状態に陥るであろうことが推測できる。そこで本論では，まず受験を控えた高校生がどのような状況に置かれているかを社会，学校，家庭等の側面から整理し，次に彼らが抱える不安及び，不安に起因して起こされる行動や身体症状からその不安の質を分析していくこととする。

1　受験生を取り巻く社会，学校，教師，家庭の問題についての検討

受験生を取り巻く社会的背景は複雑に入り組んでいる。そこで，我が国の社会の特徴とされている学校歴社会，高等学校における受験指導，学校で直接指導・援助する教師，さらに家庭・親，最後に子供たち自身についての５つの異なる視点から受験生の置かれている状況を分析していくこととする。

＊茨城大学教育学部青年心理学研究室（〒310－8512　水戸市文京２－２－１）.
＊＊土浦第一高等学校（〒300－0051　土浦市真鍋４－４－２）.

（1）学校歴社会について

今日の受験競争は，学歴というよりも「どの大学を出たか」という学校歴が社会に出てから重要視されるという社会的特徴が発端となっている。それ故，大学で学ぶ内容で進路を決定するというより，ある特定の大学出身者（学閥）によって占有されているポストを引き継ぐことを人生の目的として進路を決定することになる。このような日本の受験競争のあり方に対する次のような山村（1984）の指摘は注目される。

> 有利な学歴を目指しての激しい競争があるということは，進学希望者数に比して，彼らを収容すべき学校数が少ない，などということではない。それぞれが希望する特定の学校，つまり優良･銘柄校を目指して競い合っているということである。つまりそこには，学校相互の間の威信序列があるのであり，中等教育と高等教育のそれぞれにおいて，すべての学校を含むピラミッド的（ハイアラーキカル）な構成が存在している，ということを意味している。－中略－　学校の個々の具体的事実に基づいてというよりは，基本的には世間の評判として，良い学校とかそれほどでもない学校といった序列ができ，そのような学校序列をめぐって競争が行われることによって，入学困難度に応じて一流校とそれほどではない一般校とができあがる――といったことのくり返しが行われてきたのであろう。－中略－　ところで，この学校のピラミッド的構成とならんで，日本の受験戦争を特徴づけるもう一つの大きな特色は，その入試選抜の方法が，もっぱら教科についての学力試験に頼っている，という点である。しかもその学力試験は，筆答による客観的ペーパー･テストであり，したがって解答の評価について，採点者の主観が入り込む余地はほとんどない。つまり，同種の「能力」を同じ物差しで評価し，その結果に基づいて確実かつ公正に選別しているという点において，日本の入学試験制度は，まったく信頼に値するものなのである。そして，そのような入試が，学校のピラミッド的威信序列をめぐって，少しでも上位にランクづけられた学校をめざして全員参加の激烈な競争が行われているなかで実施されるとき，上位の学校には確実に「学力」の高いものが集まり，下位の学校には「学力」の低いものだけが集まるということがまったく疑う余地のないほど明白な事実とみなされるようになる。そして，どの高校に入れたか，どの大学を卒業したかをみれば，一目瞭然その人間の「能力」「学力」を知ることができるということになり，つまりは，学歴ではなく，学校歴こそが有効性をもつことになるのである。

このように，受験生を取り巻く社会の大きな枠組みがしっかりとできあがってしまっているため，子ども達は幼い頃から「高学校歴」を追い求めるように仕向けられ，本人の夢や希望は二の次にし，否応なく受験競争に参加せざるを得ない状況に追い込まれているのである。そして，受験競争に勝ち残ることが受験生にとっての唯一の目的となってしまうのである。

（2）高等学校における受験指導について

1980年代中ごろ高校生人口がピークを迎え，新設高校が続々と姿を現した。その結果，各高校は独自色を出そうと懸命になった。その中で，進学校は知･情･意のバランスを崩してまで知育に偏った姿勢を貫いてきた。たとえば，授業において解答パターンを繰り返し教えるだけで，自己発見などの自我発達の上で貴重な学習は省略される傾向が強かった。このような高校教育のあり方について，麻生（1984）の次のような指摘に注目したい。

今日の学校では過密カリキュラムを基盤に，抽象的な記号や象徴を媒介とした知的な教授活動が主流となっている。そもそも学校は，文化遺産としての情報･知識を蓄積し，それらを若い世代に伝授するという機能を担って発生した組織である。そこでは，何よりも情報の制度化（＝カリキュラム）が先行する。政治学者京極純一氏にならって情報の制度化を知識と名づけるとすると，学校はまさに体系性と規範性をもつ知識を公定し，それに権威ある地位を与える組織なのである。そして知識の専門家としての教師が，生徒たちにそれを伝達するのである。入学試験や学期試験は知識の制度化を一段と推進する。ブルデュー（Bourdieu, P.）が学校教育を象徴的暴力（=Symbolic violence）と呼んだのも，この意味で正しい。他方，人間の情緒や意志についてみると，体系性・規範性を考慮して，それらを制度化することは容易ではない。情緒や意志に関して知識のように一義的な解を求めることはむずかしく，さらにまた教師は，情緒や意志に関してプロではないからである。－中略－　現代の学校が知育に傾斜しており，そこでは情緒や意志の教育が軽視されていることは否めない事実である。

この知育偏重の教育のあり方は受験を控えた高校３年生の時期にはさらに強く表れる傾向にある。特に進学校として地域から高い期待を寄せられている高等学校では，いわゆる有名大学への合格者数がその学校への直接的な評価となる。そのため，たとえ一部の成績優秀な生徒が個人で複数の難関校に合格しただけでも，見かけ上の合格者数が一定水準を越えてくれればそれで満足する。そして，その成果を地域社会へ公表することは教師の満足感につながっていく。そのためのデータ集計に追われる教師は，受験に失敗した浪人決定生への配慮はほとんどしていないに等しいのが実情である。

（3）教師について

教師については，精神疾患を最も発症しやすい青年期を扱っているにもかかわらず，上記のように大学受験に照準を合わせた教育に熱心である。一方で，教師は青年期の心の問題にはあまり関心を持たず，教育相談活動に消極的であるというのが現状であろう。教育相談は，新規採用者研修や10年次研修といった節目に実施される研修における研修テーマとして取り上げられることはあっても，継続的な勉強会を開くというような積極性が教師達に見られない。そのため，深刻な問題を抱えた生徒は，たとえ自分の悩みを訴えたとしても，教師がそれをしっかりと受け止め，それに立ち向かっていくのを支えてくれるという確証は得られないのである。教師に教育相談への関心がないということは，生徒から発せられているシグナルに全く気づかないということにつながる。したがって，教師はそういった深刻な問題を抱えた生徒が出ても，原因は生徒自身にあると決めつけて放置しておくという状況を繰り返すことになる。また，高校では教科担任制をとっているので，生徒からの質問や相談はそのクラスを担当している教師が個別に受けることになる。それゆえ，生徒の相談内容やそれに対する助言のあらましなどの情報が他の教師に伝わらず，生徒に関する情報の共有化ができにくいという問題もある。結果，生徒が複数の教師に相談して回ることにもなり，教師からの助言に一貫性がなくなり生徒の悩みがますます深まってしまう危険性も否定できない。特に進学指導に熱心な高校の担任教師は，担当クラスの合格実績を上げたいという意識も働きがちで，生徒に対して一方的に励ますだけの指導で終わってしまう可能性もある。このような教師の生徒への関わりについて，前出の麻生（1984）は次のように述べている。

生徒と教師の関係も一昔前の血も涙もあるような人間関係ではなくなり，規則に基づく非個人的な関係に変わってしまう。そこには愛とか正義とか真理といった心情的倫理を熱っぽく説く教師はなく「このような成績では○○校の受験は無理です」といった調子で，「結果の情報」によって生徒を管理する姿勢が一般化するのである。

現在の高校での生徒への進路ガイダンスは，生徒自身の将来展望に関わって話し合うことはなく，また話し合いの最中の生徒の表情や様子の変化にも注意を払わない一方向的情報伝達に終始し，生徒の進路を管理するだけのガイダンスになっていることが多いのである。

（4）家庭について

受験を家族ぐるみの問題としている日本社会の特徴についてE. ボーゲル（1979）は次のように述べている。

受験を通じて成功したいという意識は家族というグループ意識により高められ，家族が結びつき，受験そのものの成功が家族そのものの成功と考えられる。また，生徒を良い学校に進学させるよう学校間でも競い合い，受験の成功率は教師の責任だと感ずるようになる。こうして受験制度は生徒をも親をも巻き込み一丸となって受験準備に向かわせる。

上述のように，入試が生徒自身だけでなく家族をも含めた人生の成功・失敗の岐路としての意味を帯びているかのように見えるのである。それゆえ，家庭（両親）からの過度の期待，それはまた親の学歴コンプレックスが反映されたものである場合も少なくないが，受験生を追い詰めているという側面も見逃すことができない。山村（1984）は家庭ぐるみの受験競争激化の原因について次のように述べている。

“学歴コンプレックス”などという言葉が使われるように，われわれ日本人は，学歴や教育程度に相当のこだわりをもっている。－中略－学歴がその人の実用的な知識・技能の習得の度合いを示すのでも，出身家庭の経済的・階層的地位を示すだけでもなく，人間の価値を表示している，とみなされているからであろう。－中略－同調的競争は，たとえば，「あそこの家の子が進学するならうちの子も」「隣が塾に通うならうちの子も」といった形での進学･受験競争をもたらし，高学歴化に拍車をかけることになる。

確かにサラリーマン家庭での多くの親にとっては子どもの生活を安心できるものにしてやりたいとの親としての強い思いが子どもに学歴をつけることへの傾斜を強めざるを得ないということもあるのだろうが，「子どもの将来のために」という言葉で合理化される親の思い込みによる働きかけは，子ども自身の将来展望を考慮の外においているという点で，実は親の虚栄心や学歴コンプレックスの補償を子どもに託した形のものである場合が少なくない。その結果，子どもに対して言葉では「どこでも好きな大学，学部に進みなさい」と言いながら，実際には「近所に聞こえの良い大学，学部に受かりなさい」という矛盾する期待を暗黙のうちに送り続けているのである。そのため，本来ならば外部社会から守られ，安心し，くつろげる場であるはずの家庭が，実は高校生に対して受験に関して圧力を与える大きな場になっているのである。

（5）生徒について

このような状況の中で，高校3年生は本人の意志に関わらず受験戦争に巻き込まれ，周囲からの

期待に応えようと受験勉強に取り掛かることになる。現代の高校生は自我の発達が遅れる傾向にあるので，自分のものとしての明確な意思や目的を持たずに受験に向かうことになるのである。そのため，成績の伸びや合格可能性といった客観的な資料のみがやる気の原動力という状態になってしまう。こういった状況下に置かれた高校3年生は，周囲の期待に応えることが重要性を持っているので，「志望校に受からなければならない」という使命感に捉われて自分を追い込んでいくことになる。家庭や学校からの大きな期待，そして生徒中心とは言いがたい受験制度の中，高校3年生が志望校への合格に確信を持てず緊張状態に置かれ不安が増大していくことは想像に難くない。なかでも，同級生のほとんどが大学受験を目指している高等学校へ進学した生徒達は，学力に関して自己評価が高くなり，また，自己に対する期待水準も高くなる上に周囲からの熱い期待もあって，受験大学を決定する際に難関大学と言われる大学ばかりを志望することになる。しかし，入試が目前に迫ると自分の学力が志望校のレベルにまで到達できないという現実を認識せざるを得なくなる。その結果，「学力がつかない」，「志望校の過去問が解けない」，「家族の期待がつらい」などという悩みを持つようになり，受験本番が近づくにつれて不安も強くなって，不眠や胃腸の不調など身体症状を訴えることになるのである。

以上述べてきた5つの要因がそれぞれ複雑に絡み合いながら受験期の高校3年生の生活世界を構成している。彼らはただひたすら志望校への合格を目指して，必死に励む一方で，周囲の友達のわずかな変化にも敏感になっている。この緊張の中で，極度の不安状態に陥る生徒が出てくることは容易に想像できる。しかし，彼らが実際にどのような心理状態にあり，どのような要因に規定されているのかということに関しての調査・研究のデータはほとんどない。そこで，本研究では「入試を目前に控えた高校3年生はどのような心理状態にあるのか，そしてどのような行動や身体症状を発現しやすいのか」を検討し明らかにしていくこととする。

調査・研究

2. 1. 仮説

入試を目前に控えた時期の高校3年生の心は強い不安症状と不安を基調にした行動や身体症状を発現しているのではないか。

2. 2. 方法

2. 2. 1. 予備調査

調査対象

勤務校で実施された浪人生激励会に参加した浪人生34人（男子20人，女子14人）

調査内容

その時点での心身の状態や行動への衝動などを自由記述してもらった。

実施期日
2002年12月20日

2. 2. 2. 本調査
調査対象
茨城県内の5つの公立高等学校に在学する高校3年生1,068人。
① A高校の3年生　338人(男子208人，女子130人)
② B高校の3年生　252人(男子140人，女子112人)
③ C高校の3年生　199人(男子105人，女子 94人)
④ D高校の3年生　229人(男子105人，女子124人)
⑤ E高校の3年生　50人(男子 34人，女子 16人)
計1,068人(男子592人，女子476人)

方法・手続き
質問紙法
質問紙は，茨城県内の公立高等学校5校に持参し，各担任教諭にホームルームで質問紙への回答を実施してもらった。回答後の用紙は調査用紙配布1週間後に回収した。(回収率100%)

実施期日
2003年2月28日

2. 2. 3. 本調査質問紙の作成
質問紙は，予備調査の結果を整理した資料，CMI健康調査表（Cornell Medical Index）日本版，それにYG性格検査等を参考にし，不安な心理状態を測定する心理状態尺度10項目，不安に起因すると考えられる行動尺度10項目，そして不安に起因して生ずると考えられる身体症状尺度20項目，計40項目とした。評定は「心理状態測定項目」は1. まったく感じなかった（1点）～ 5. 非常に感じた（5点），「不安に起因すると考えられる行動測定項目」は1. まったくそうならなかった（1点）～ 5. とてもよくそうなった（5点），「不安に起因して生じると考えられる身体症状測定項目」は1. まったくなかった（1点）～ いつもあった（5点）の5件法によって行なった。質問項目を表3－1，表3－2，表3－3に示す。

表３－１　不安な心理状態を測定する項目群

1）希望大学に受かるかどうかの不安
2）入試の際に問題が解けるかどうかの不安
3）やるべきことをすべてやり終えたかどうかの不安
4）他の受験生に遅れをとっているのではないかという不安
5）落ちたときのことを想像しての不安
6）勉強が手につかず時間ばかりが過ぎて行くことによる焦り
7）追いつめられたような気分
8）受験会場でパニックになるのではないかという不安
9）勉強したことが身についているかどうかの不安
10）一人でいると落ち着かなくなって感じる不安

表３－２　不安に起因すると考えられる行動を測定する項目群

1）物に当り散らす。
2）家族に暴言を吐く。
3）泣く。
4）大声をあげる。
5）いてもたってもいられなくなる。
6）衝動買いする。
7）知人と顔を会わせないようにする。
8）やけ食いをする。
9）他人の目を気にする。
10）他人の陰口を言う。

表３－３　不安を起因して起こると考えられる身体症状を測定する項目群

1）眠れない。
2）嫌な夢を見る。
3）食欲がない。
4）胃腸の調子が悪い。
5）くつろぐ余裕がない。
6）嫌な記憶が突然浮かぶ。
7）肌が荒れる。
8）頭痛がする。
9）耳鳴りがする。
10）目の奥が痛くなる。
11）吐き気がしたり，吐いたりする。
12）顔色が悪い。
13）急に胸がきゅっとなる。
14）突然，ドキドキする。
15）皮膚に発疹ができる。
16）やる気が出ない。
17）まぶたや頬がぴくぴくひきつる。
18）からだがだるい。
19）朝起きた時から疲れた感じがする。
20）息が苦しくなる。

2. 3. 結果

2. 3. 1. フェイス・シート

調査対象者の詳しい内訳とフェイス・シートによる集計は表 4 のとおりである。

調査対象 1,068 人のうち有効データ数は，1,055 人（男子 588 人，女子 467 人）であった。

表 4　調査対象者の内訳とフェイス・シートの集計

質問項目		人数
性別	男子	588
	女子	467
第一志望大学	国公立 4 年制大学	654
	私立 4 年制大学	355
	その他	41
第一志望学部	人文・社会	433
	教育	90
	理工	288
	医歯薬	100
	その他	144
受験勉強の日々で	つらいと感じる	809
	つらいと感じない	246
受験勉強のストレスを	相談した	558
	相談しない	497

2. 3. 2. 尺度の信頼性

本研究において用いられた各尺度の信頼性について，信頼係数 α を算出した。その結果を表 5 に示す。

表 5　各尺度の信頼性

尺度	信頼係数
心理状態に関する項目	0.8837
行動に関する項目	0.8002
身体症状等に関する項目	0.8942

以上の結果から，用いられた各尺度の信頼性はいずれも 0.8 以上であり，十分に信頼しうる尺度であると言える。

2. 3. 3. 不安な心理状態に関する分析

(1) 各項目の平均値と標準偏差

まず，10項目それぞれの平均と標準偏差を算出した。その結果を平均値の高い順に表6－1に示す。不安にまつわる10項目はいずれも高い平均値を示した。平均値が最も高かったのは「1希望大学に受かるかどうかの不安」であり，次は「2入試の際に問題が解けるかどうかの不安」であった。次いでは「3やるべきことをすべてやり終えたかどうかの不安」と「4他の受験生に遅れをとっているのではないかという不安」が並んで続いており，入試が目前に迫った時点での具体的な対象者・対象事項への不安が強く出ているようだ。それに対し，「10一人でいると落ち着かなくなって感じる不安」や「8受験会場でパニックになるのではないかという不安」などの捉えどころのない不安要素に関する項目は相対的に得点が低かった。

表6－1　不安な心理状態を測定する10項目の平均値と標準偏差

	全体　(1,055名)
1）希望大学に受かるかどうかの不安	4.16　(1.16)
2）入試の際に問題が解けるかどうかの不安	4.00　(1.22)
3）やるべきことをすべてやり終えたかどうかの不安	3.66　(1.31)
4）他の受験生に遅れをとっているのではないかという不安	3.66　(1.34)
5）落ちたときのことを想像しての不安	3.47　(1.40)
6）勉強が手につかず時間ばかりが過ぎて行くことによる焦り	3.44　(1.35)
7）追いつめられたような気分	3.41　(1.37)
9）勉強したことが身についているかどうかの不安	3.31　(1.34)
10）一人でいると落ち着かなくなって感じる不安	2.52　(1.37)
8）受験会場でパニックになるのではないかという不安	2.24　(1.30)

（カッコ内は標準偏差）

(2) 因子分析

これら10項目について因子分析をおこなった。因子分析は主因子法により，諸機会の固有値1.0を基準として2因子を採択し，バリマックス回転を行なった。回転後の因子の構成と各項目の因子負荷量などは表6－2に示した。**第1因子は**「2入試の際に問題が解けるかどうかの不安」「1希望大学に受かるかどうかの不安」などの項目から構成されており，「**結果を予測して起こる不安の因子**」と命名した。**第2因子は**「10一人でいると落ち着かなくなって感じる不安」「8受験会場でパニックになるのではないかという不安」などの項目から構成されており，「**一般不安の因子**」と命名した。

表６－２　不安な心理状態に関する項目の因子分析

	回転後の因子負荷量		
	1	2	共通性
2）入試の際に問題が解けるかどうかの不安	.77	.19	.62
1）希望大学に受かるかどうかの不安	.68	.20	.50
4）他の受験生に遅れをとっているのではないかという不安	.66	.30	.53
3）やるべきことをすべてやり終えたかどうかの不安	.64	.26	.48
9）勉強したことが身についているかどうかの不安	.55	.46	.52
5）落ちたときのことを想像しての不安	.54	.37	.43
6）勉強が手につかず時間ばかりが過ぎて行くことによる焦り	.53	.38	.42
7）追いつめられたような気分	.52	.52	.55
10）一人でいると落ち着かなくなって感じる不安	.21	.69	.52
8）受験会場でパニックになるのではないかという不安	.21	.61	.42
固有値	3.14	1.84	
寄与率	31.39%	18.39%	
累積寄与率		49.78%	

(3) 不安な心理状態に関する性差

２つの因子に関して性差を検討した。因子間の差を統計的に検定するために対応のある t 検定を行った。また，男子と女子との差を統計的に検定するために一元配置の分散分析を行い，多重比較には Turky の HSD を用いた。

表６－３　不安な心理状態に関する性差（平均と標準偏差）

性＼因子	第１因子	第２因子	検定結果
男　子　(588 名)	－.13　(.94)	－.15　(.80)	n.s.
女　子　(467 名)	.16　(.78)	.19　(.76)	n.s.
検定結果	p<.01	p<.01	

（カッコ内は標準偏差）

両因子に関して，有意な性差は認められなかった。しかし，両因子とも女子の方が有意に高いことがわかった。

(4) 志望大学による差

２つの因子に関して志望大学による差を検討した。因子間の差を統計的に検定するために対応のある t 検定を行った。また，志望大学による差を統計的に検定するために一元配置の分散分析を行い，多重比較には Turky の HSD を用いた。

表6－4　志望大学による差（平均と標準偏差）

志望大学＼因子	第1因子	第2因子	検定結果
国公立4年制大学（654）	.02　(.82)	－.05　(.80)	p<.01
私立4年制大学　(355)	.06　(.90)	.10　(.81)	n.s.
その他　　(41)	－.73 (1.21)	－.10　(.73)	n.s.
検定結果	国4＞その他	私4＞国4　p<.01	
	私4＞その他 p<.01		

（カッコ内は標準偏差）

国公立4年制大学志望者は，第1因子の因子得点平均値が有意に高かった。私立4年制大学とその他の志望者には，それぞれの因子間に有意差は見られなかった。

(5) 受験勉強の日々を「つらい」と感じている生徒の不安

2つの因子に関して「つらい」と感じているかどうかによる差を検討した。因子間の差を検定するためにt検定を行った。また，「つらい」と感じているかどうかによる差を統計的に検定するために一元配置の分散分析を行い，多重比較にはTurkyのHSDを用いた。

表6－5　受験勉強の日々を「つらい」と感じている生徒の不安の差（平均と標準偏差）

つらさ＼因子	第1因子	第2因子	検定結果
つらい（809名）	.20　(.75)	.12　(.79)	p<.05
つらくない（246名）	－.63　(.96)	－.41　(.69)	p<.01
検定結果	p<.01	p<.05	

（カッコ内は標準偏差）

受験勉強の日々を「つらい」と感じている生徒は，第1因子の因子得点平均値が第2因子より有意に高かった。また，「つらい」と感じていない生徒は，第1因子の因子得点平均値が第2因子より有意に低かった。

(6) 受験勉強のストレスを相談したか

2つの因子に関して受験勉強のストレスを相談したかどうかによる差を検討した。因子間の差を統計的に検定するためにt検定を行った。また，受験勉強のストレスを相談しているかどうかによる差を統計的に検定するために一元配置の分散分析を行い，多重比較にはTurkyのHSDを用いた。

表6－6　受験勉強のストレスを相談したかどうかの差（平均と標準偏差）

相談＼因子	第1因子	第2因子	検定結果
相談した（558名）	.29（.69）	.30（.78）	n.s.
相談しなかった（497名）	.10（.79）	－.06（.77）	p<.01
検定結果	p<.01	n.s.	

（カッコ内は標準偏差）

相談した生徒は，いずれの因子も高い平均値を示しているが有意差は認められなかった。一方，相談しなかった生徒は，第1因子の因子得点平均値の方が第2因子より有意に高かった。

2．3．4．不安に起因して起こされる行動に関する分析

（1）各項目の平均値と標準偏差

まず，10項目それぞれの平均と標準偏差を算出した。その結果を平均値の高い順に表7－1に示す。平均値が最も高い項目でも2.43（1.44）で，全体的に不安を行動に表す傾向は高くないようである。平均値が最も高かったのは「5いてもたってもいられなくなる」であり，次は「2家族に暴言を吐く」と「9他人の目を気にする」であった。次いでは「3泣く」，「8やけ食いをする」そして「4大声をあげる」とほとんど変わらない値で続いており，「10他人の陰口を言う」」や「7知人と顔を会わせないようにする」などの行動はあまり高くない。

表7－1　不安に起因して起こされる行動を測定する10項目の平均値と標準偏差

	全体（1,055名）
5）いてもたってもいられなくなる。	2.43（1.44）
2）家族に暴言を吐く。	1.96（1.24）
9）他人の目を気にする。	1.96（1.27）
3）泣く。	1.81（1.30）
8）やけ食いをする。	1.80（1.25）
4）大声をあげる。	1.78（1.21）
1）物に当り散らす。	1.69（1.10）
6）衝動買いする。	1.64（1.14）
7）知人と顔を会わせないようにする。	1.62（1.04）
10）他人の陰口を言う。	1.32（0.74）

（カッコ内は標準偏差）

(2) 因子分析

これら10項目について因子分析をおこなった。因子分析は主因子法により，諸機会の固有値1.0を基準として2因子を採択し，バリマックス回転を行なった。回転後の因子の構成と各項目の因子負荷量などは表7－2に示した。**第1因子**は「7知人と顔を会わせないようにする」「9他人の目を気にする」などの項目から構成されており，**「自虐的因子」**と命名した。**第2因子**は「1物に当り散らす」「2家族に暴言を吐く」などの項目から構成されており，**「八つ当たり因子」**と命名した。

表7－2　不安に起因して起こされる行動に関する項目の因子分析

	回転後の因子負荷量		
	1	2	共通性
7）知人と顔を会わせないようにする。	.67	.11	.46
9）他人の目を気にする。	.65	.20	.46
8）やけ食いをする。	.45	.34	.32
5）いてもたってもいられなくなる。	.42	.31	.27
3）泣く。	.39	.35	.27
10）他人の陰口を言う。	.38	.29	.23
1）物に当り散らす。	.15	.70	.51
2）家族に暴言を吐く。	.23	.68	.51
4）大声をあげる。	.27	.53	.36
6）衝動買いする。	.28	.3	.16
固有値	1.79	1.79	
寄与率	17.9%	17.9%	
累積寄与率		35.7%	

(3) 不安に起因して起こされる行動に関する性差

2つの因子に関して性差を検討した。因子間の差を統計的に検定するために対応のあるt検定を行った。また，男子と女子との差を統計的に検定するために一元配置の分散分析を行い，多重比較にはTurkyのHSDを用いた。

表7－3　不安に起因して起こされる行動に関する因子得点の精査（平均と標準偏差）

性＼因子	第1因子	第2因子	検定結果
男　子（588名）	－.14（.78）	－.09（.82）	n.s.
女　子（467名）	.17（.83）	.11（.83）	n.s.
検定結果	p<.01	p<.01	

（カッコ内は標準偏差）

男子･女子ともに，両因子の間に有意差は見られなかったが，因子ごとの性差はそれぞれ有意差が認められた。

(4) 受験勉強の日々を「つらい」と感じている生徒の不安に起因して起こされる行動

表7－4　受験勉強の日々を「つらい」と感じているかどうかでの差（平均と標準偏差）

つらさ＼因子	第1因子	第2因子	検定結果
つらい（809名）	.09（.84）	.07（.85）	n.s.
つらくない（246名）	－.28（.66）	－.24（.69）	n.s.
検定結果	p<.01	p<.01	

（カッコ内は標準偏差）

「つらい」と感じている生徒，「つらい」と感じていない生徒双方とも，両方の因子に関して有意差は認められなかった。しかし，因子ごとの「つらい」かどうかでの差は有意差が認められた。

(5) 受験勉強のストレスを相談しているか

表7－5　受験勉強のストレスを相談しているかどうかでの差（平均と標準偏差）

相談＼因子	第1因子	第2因子	検定結果
相談した（558名）	.20（.81）	.17（.85）	n.s.
相談していない（497名）	－.03（.85）	－.01（.85）	n.s.
検定結果	p<.01	p<.01	

（カッコ内は標準偏差）

両方の因子とも，「相談した」生徒，「相談していない」生徒双方とも両方の因子に関して有意差は見られなかった。しかし，因子ごとに相談したかどうかでは有意差が見られた。

2. 3. 5. 不安に起因して生じる身体症状に関する分析

(1) 各項目の平均値と標準偏差

まず，20項目それぞれの平均と標準偏差を算出した。その結果を平均値の高い順に表8－1に示す。前項の行動尺度の10項目に比べて因子得点の平均値は全体的に高い得点を示した。平均値が最も高かったのは「16やる気が出ない」でその平均点は他の項目を大きく引き離していた。次は「18からだがだるい」と「19朝起きた時から疲れた感じがする」であった。次いでは「5くつろぐ余裕がない」，「7肌が荒れる」が続いた。最も低かったのは「15皮膚に発疹ができる」であった。

表8－1　不安に起因して生じる身体症状を測定する20項目の平均値と標準偏差

	全体　(1,055名)
16) やる気が出ない。	3.42　(1.38)
18) からだがだるい。	2.84　(1.48)
19) 朝起きた時から疲れた感じがする。	2.84　(1.49)
5) くつろぐ余裕がない。	2.60　(1.41)
7) 肌が荒れる。	2.51　(1.48)
4) 胃腸の調子が悪い。	2.29　(1.43)
1) 眠れない。	2.28　(1.36)
8) 頭痛がする。	2.27　(1.38)
17) まぶたや頬がぴくぴくひきつる。	2.11　(1.37)
6) 嫌な記憶が突然浮かぶ。	2.09　(1.35)
14) 突然，ドキドキする。	2.08　(1.37)
2) 嫌な夢を見る。	2.01　(1.26)
3) 食欲がない。	1.93　(1.22)
13) 急に胸がきゅっとなる。	1.92　(1.29)
10) 目の奥が痛くなる。	1.88　(1.29)
9) 耳鳴りがする。	1.75　(1.17)
12) 顔色が悪い。	1.71　(1.10)
20) 息が苦しくなる。	1.60　(1.05)
11) 吐き気がしたり，吐いたりする。	1.52　(1.03)
15) 皮膚に発疹ができる。	1.47　(1.00)

(カッコ内は標準偏差)

(2) 因子分析

これら20項目について因子分析をおこなった。因子分析は主因子法により，諸機会の固有値1.0を基準として4因子を採択し，バリマックス回転を行なった。回転後の因子の構成と各項目の因子負荷量などは表8－1bに示した。**第1因子**は「11吐き気がしたり，吐いたりする」「8頭痛がする」「9耳鳴りがする」などの項目から構成されており，**「神経系症状の因子」**と命名した。**第2因子**は「3食欲がない」「4胃腸の調子が悪い」「眠れない」などの項目から構成されており，**「消化器系症状の因子」**と命名した。**第3因子**は「18からだがだるい」「19朝起きた時から疲れた感じがする」などから構成されており，**「疲労因子」**と命名した。**第4因子**は「13急に胸がきゅっとなる」「14突然，ドキドキする」という項目からなるもので，**「動悸の因子」**と命名した。

表8－2　不安に起因して生じる身体症状に関する項目の因子分析

	回転後の因子負荷量				
	1	2	3	4	共通性
11）吐き気がしたり，吐いたりする。	.55	.27	.1	.16	.41
2）顔色が悪い。	.54	.30	.22	.13	.45
9）耳鳴りがする。	.54	.29	.13	.16	.42
10）目の奥が痛くなる。	.49	.17	.22	.14	.34
8）頭痛がする。	.47	.32	.33	.10	.44
15）皮膚に発疹ができる。	.45	.08	.08	.22	.27
20）息が苦しくなる。	.44	.22	.14	.42	.44
17）まぶたや頬がぴくぴくひきつる。	.43	.17	.23	.28	.35
3）食欲がない。	.23	.60	.06	.05	.42
4）胃腸の調子が悪い。	.38	.54	.16	.12	.47
1）眠れない。	.14	.50	.15	.20	.33
2）嫌な夢を見る。	.22	.43	.15	.16	.29
6）嫌な記憶が突然浮かぶ。	.25	.43	.14	.23	.32
5）くつろぐ余裕がない。	.09	.43	.24	.17	.28
18）からだがだるい。	.29	.22	.76	.12	.72
19）朝起きた時から疲れた感じがする。	.17	.24	.69	.16	.58
16）やる気が出ない。	.08	.06	.35	.05	.13
14）突然、ドキドキする。	.27	.24	.14	.71	.65
13）急に胸がきゅっとなる。	.29	.25	.19	.62	.56
7）肌が荒れる。	.34	.31	.26	.13	.30
固有値	26.5%	22.5%	17.5%	15.2%	
寄与率	13.3%	11.3%	8.8%	7.6%	
累積寄与率		24.5%	33.3%	40.9%	

(3) 不安に起因して生じる身体症状に関する性差

4つの因子に関して性差を検討した。まず，因子分析結果に基づいて各因子の因子得点が算出され，各群ごとにその平均と標準偏差が算出された。また，それぞれの項目で分類された高校3年生のグループ間の差を統計的に検定するためにt検定行った。

表8－3　不安に起因して生じる身体症状に関する因子得点の性差（平均と標準偏差）

性＼因子	第1因子	第2因子	第3因子	第4因子	検定結果
男　子（588名）	－.12（.73）	－.10（.75）	－.10（.85）	－.06（.76）	n.s.
女　子（467名）	.14（.84）	.13（.79）	.13（.82）	.07（.85）	n.s.
検定結果	p<.01	p<.01	p<.01	p<.05	

（カッコ内は標準偏差）

男子･女子ともにそれぞれの因子間に有意差は見られなかった。しかし，因子ごとの男女差は有意差が見られた。

(4) 受験勉強の日々を「つらい」と感じる生徒の不安に起因して生じる身体症状

表8－4　受験勉強の日々を「つらい」と感じる生徒の不安に起因して生じる身体症状の差（平均と標準偏差）

つらさ＼因子	第1因子	第2因子	第3因子	第4因子	検定結果
つらい（809名）	.02（.82）	.11（.79）	.09（.83）	.04（.83）	p<.05
つらくない（246名）	－.08（.70）	－.36（.62）	－.28（.85）	－.14（.73）	p<.01
検定結果	n.s.	p<.01	p<.01	p<.01	

（カッコ内は標準偏差）

「つらい」と感じた生徒は，「神経系症状の因子」に比べて，「消化器系の因子」が有意に強く反応した。つらくない生徒は，「神経系症状の因子」が有意に高い値を示し，「消化器系の因子」と「疲労の因子」の値はそれぞれ有意に低い値を示した。

(5) 受験勉強のストレスを相談したか

表8－5　受験勉強のストレスを相談したかどうかでの差（平均と標準偏差）

相談＼因子	第1因子	第2因子	第3因子	第4因子	検定結果
相談した（558名）	.11（.83）	.21（.79）	.13（.81）	.11（.84）	n.s.
相談しなかった（497名）	－.07（.79）	.01（.79）	.05（.84）	－.04（.82）	p<.05
検定結果	p<.01	p<.01	n.s.	p<.01	

（カッコ内は標準偏差）

相談した生徒は，いずれの因子も有意差は見られなかった。一方，相談しなかった生徒は，「疲労因子」の値が「神経系症状の因子」に比べて有意に高い値を示した。

考　　察

受験生の不安な心理状態，不安に起因する行動，そして不安から生じる身体症状という３つの観点から尺度を作成し，受験を間近に控えた高校３年生に対して調査した。その結果を平均値，因子分析を通して①不安な心理状態については高い平均値が測定された。更に因子分析の結果，**「結果を予測して感じる不安因子」**と**「一般不安の因子」**の２つの因子が出てきた。この２つの因子とも女子生徒の方が男子生徒よりも有意に高い値を示した。このことから，女子生徒は受験を間近に控えた時期，一人でいると落ち着かなくなり受かるかどうかというような結果が気になって不安が募る状態に陥る傾向が男子生徒よりも強いことがわかる。また，受験勉強の日々を「つらい」と感じている生徒は，「つらい」と感じていない生徒に比べてどちらの因子も有意に高い値を示した。このことから，「つらい」と感じている生徒は他の受験生が気になり不安が掻き立てられ，同時に追い詰められた気分になっている傾向が見て取れた。ただし，不安が掻き立てられ，追い詰められた気分になった結果，より「つらい」と感じていることも考えられる。②不安に起因する行動に関しては，平均値は全体的に低い値を示しており実際に行動化する傾向はあまり高くはないことがわかった。因子分析の結果，**「自虐的行動因子」**と**「八つ当たり行動因子」**の２つが抽出された。この２つの因子に関しても女子生徒の方が男子生徒よりも有意に高い値を示した。よって，受験を間近に控えた時期，女子生徒は他人の目を気にしたりやけ食いをしたりという自虐的行動に走る傾向が強いと言えそうだ。また，身近な物に当り散らしたり家族に暴言を吐いたりという八つ当たり行動に出ることも女子生徒にはより高い頻度で起こると推測される。さらに，受験勉強の日々を「つらい」と感じている生徒達は，「つらい」と感じていない生徒達に比べてこの２つの因子に関して有意に高い値を示していた。このことから，「つらい」と感じている生徒達は，いてもたってもいられなくなり，周囲の物に当り散らしたり大声をあげたりする可能性が強いということがわかった。③不安から生じる身体症状に関しては，**「神経系症状の因子」**，**「消化器系症状の因子」**，**「疲労因子」**，**「動悸の因子」**の４つに分かれた。まず生徒の性差に関しては，いずれの因子においても女子生徒の方が男子生徒より有意に強いことが判明した。因子間での差は特には見られなかったことから，不安に起因して表れる身体症状は，男女ともに様々な因子として抽出された４つの症状が同じような強さで生ずると言える。次に，受験勉強の日々を「つらい」と感じている生徒達は，「つらい」と感じていない生徒達に比べて**「消化器系症状の因子」**，**「疲労因子」**，**「動悸の因子」**という３つの因子で示された身体症状が出やすくなることがわかった。つまり，「つらい」と感じている生徒達は，特に「胃腸の調子が悪い」や「食欲がない」といった消化器系に不調を訴えることが多くなるようだ。逆に「つらい」と感じていない生徒達は，「胃腸の調子が悪い」や「からだがだるい」といった訴えはあまりしないということがわかった。神経症状として吐き気，頭痛等の症状は受験勉強の日々を「つらい」と感じている，いないに関わらずどちらにも強く表れている。このことは毎日を特に「つらい」と感じている，いないに関係なく何らかのストレス下にあることを示唆しているようである。

次に第一志望に選んだ学校による分析で見てみると，国公立４年制大学，私立４年制大学，そして短期大学志望者と専門学校やその他の教育機関を志望している生徒との間で有意な差が見られた。国公立４年制大学，私立４年制大学ともに一回の試験で合否が決まるため，受験生は入試が近づくにつれて受かるかどうかの不安が増していくのであろう。また，このような状態に絶えずさらされ

ているために，疲労感を強く感じることにつながるのだと考えられる。一方その他の学校（短大・専門学校）の場合は，いずれの因子に関しても低い値を示した。

高校３年生が毎日を「つらい」という言葉で表現しようとしていることは，これから受ける試験の結果が気になって仕方がないという不安が募っているということが示された。そのような状況下では，自虐的な行動と八つ当たり行動双方とも発現する可能性が高い。また，この「つらい」状態から発症するものとしては，「消化器系症状」，「疲労」，そして「動悸」であるということが明らかになった。一方「つらい」と感じていない受験生は，何でもないことでも気になってしまう一般不安の方がより強く感じられるということが示された。しかし，それも低い値なので行動に出てくるところまではいかないで済むようだ。不安から生じる身体症状としては，「消化器系」や「疲労」といったものがより強く出ると思われる。受験生は受験勉強の追い込みに入ると，腹痛を訴え強い疲労感を抱える傾向にあるということが示された。

引用文献

麻生　　誠．1984.「青年の発達と学校」『青年心理』46，pp.2－13
Vogel, E.　1979.『ジャパンアズナンバーワン』　広中　和歌子訳．1979.（たちばな出版）
山村　賢明．1984.「学歴社会論と受験体制」『青年心理』46，pp.102－117