熊大教育実践研究　第16号，47－53，1999

中学生の悩みとエゴグラム，YG性格タイプとの関連性に関する調査

本田優子*・天本まり子*
羽立まゆみ*・米村健一*・市原　翠**

A Survey of Distress in Junior High School Students in Relation to Their Egogram and YG-Character Type

Yuuko HONDA, Mariko AMAMOTO, Mayumi HADATE, Ken'ichi YONEMURA and Midori ICHIHARA

A survey using questionnaires was carried out in July, 1996 among junior high school students (n=93) in Kumamoto-city to determine what kinds of distress they were suffering, and whether the kinds of distress related to their egogram and YG-character types. Sixty per cent of the students responded as being suffering from distress, no difference being found in the suffering rate between male and female students.

As to the kinds of distress, the rates of "worry about learning" and "physical distress" were as high as 47% and 22% in male students, and those of "worry about learning" and "worry about friendship relations" were as high as 48% and 25% in female students, respectively. In egogram, male students worrying about "family life" showed high scores at AC point, while female students worrying about "mental distress" and/or "physical distress" showed high scores at AC point, indicating that those were all in the mind state of "Adapted Child". Among 5 types of YG-Character Scales, type E, namely "emotionally unstable and passive type" showed the highest suffering rate of distress both in male and female students. Those students with distress chosed most frequently their friends (n=27) and parents (n=20) as a consultant or adviser to dissolve the distress.

はじめに

中学生期は悩み多き時代であり，自分とは何かを見つめ始めることで，身体や人間関係の葛藤さらには将来への不安などが出現してくる．この悩みや不満・イライラというストレス源について宗像[1]は，自律神経失調症，不安神経症，恐怖症，ヒステリーなどを生む背景となり，健康生活への影響が大きいと述べている．

このようなストレスに対する児童・生徒への根本対策として，河野[2]は，①ストレス対処能力の増強②ストレス刺激要因の減少③サポートシステムの確立④ストレス耐性の強化を挙げているが，学校現場で比較的取りやすい対策は，③サポートシステムの確立であると思われる．つまりソーシャルサポートとしての相談者が重要であり，宗像[1]も情緒的支援者がある場合，日常の苛立ち事や神経症状態が軽減するとしている．これは相談者がいる場合，悩みに対して積極的な行動を取ったり，消極的行動を回避させることにつながり，そのことが健康を維持させていると理解できる[3]．

悩みと健康との関連について，伊藤[3]は，悩みが多くなるに従い健康レベルの低下傾向が認められ，特に，「性格上の悩み」が最も強く健康レベル（疲労度，不適応，怒り，緊張）に影響したと述べている．そして，中学男子は女子に比べて，悩みの対処行動が積極的・全指向的であり[3]，また，他の研究[4~7]においても，女子の精神的不健康度が高いという報告が見られる．この精神的健康について，性格傾向と不安・悩みとの関連[8]を見てみると，情緒不安定傾向が強いほど不安・悩みが増えていくと言われている．

* 教育保健学科
** 前熊本市立京陵中学校

悩みについての研究[9~19]は，多くなされているが，悩みと性格傾向との関連についての研究は門田[8]のみであり，さらに，心理状態（エゴグラム）との関連で悩みを見た研究は見あたらない．しかし，中学生期という心理的に不安定な時期の悩みと心理状態・性格傾向との関連を知っておくことは，養護教諭がヘルスカウンセリングや保健指導を有効に進めるために重要と考えられる．そこで私たちは，中学生の悩みと心理状態・性格傾向との関連を知る目的で，中学生を対象に質問紙調査をし，その分析を試みた．

研究方法

1996年7月17日～19日（1学期終了時）に某中学校の生徒105名（各学年1クラスずつ）を対象として，質問紙（記名法）による集合調査を実施した．各質問項目に対する回答が全てなされていた93名のデータを分析対象とした．

悩みの選択は，7項目（学校のこと，勉強のこと，友達のこと，家庭のこと，心のこと，身体のこと，その他）の中から3つまでとし，選択のない者を「悩みなし」とした．悩みの相談相手については，悩みごとに9項目（担任の先生，養護の先生，教科の先生，その他の先生，父親・母親，兄弟姉妹，その他の家族，友達，その他）の中から選択し，その人に相談したい理由を記述で求めた．最後に，養護の先生への悩み相談経験の有無とその理由を問うた．

エゴグラムは，「小児用エゴグラム」[20]（以下，エゴグラムとする）を用いて，心理状態を表す5つの側面，すなわち，批判的な親の自我状態(CP)・養育的な親の自我状態（NP）・大人の自我状態（A）・自由な子どもの自我状態（FC）・順応した子どもの自我状態（AC）についての各10項目の質問に対する回答を点数化した．

性格タイプは，中学校用のYG性格検査用紙（日本心理テスト研究所）を用いて，典型と準型を含め，平凡型（Aタイプ）・不安定積極型（Bタイプ）・安定消極型（Cタイプ）・安定積極型（Dタイプ）・不安定消極型（Eタイプ）の5タイプに分類した．亜型（A"など）と混合型（ABなど）は分析対象から除外した[21]．

出現率の統計学的検定にはx^2検定を用い，エゴグラムの点数（平均値）の有意差の検定にはStudentのt検定を用いた．

結果

1．悩みの種類ごとの集計結果

全対象生徒(93名)のうち，「悩みあり」が56名(60%)で，「悩みなし」が37名（40%）であった．「悩みあり」と「悩みなし」の比率は男子女子の両者まったく同率であった．

表1は，悩みの種類の選択肢7項目から3つまで選択させた結果を，悩みの種類ごとに集計したものである．全体の分布に有意差（$P<0.01$）が見られ，「勉強のこと」(47%)，「友達のこと」(18%)，「身体のこと」(14%）の順で多かった．

悩みの種類ごとに見て，男子女子の間で有意差の見られたものはなかったが，男子で多い悩みは「勉強のこと」(47%)，「身体のこと」(22%）であり，女子では「勉強のこと」(47%)，「友達のこと」(25%）の順であった．「家庭のこと」で悩んでいる者は男子女子とも意外に少なかった．

2．悩みの種類ごとのエゴグラムの特徴

図1は，悩みの種類ごとにエゴグラムを各得点の平均値で示したものである．この図1において，男子女子別にそれぞれの「悩みなし」の者の得点と比較した．男子では「家庭のこと」で悩む者のAC得

表1．悩みの種類ごとの集計結果（回答例数（%））

悩みの種類	①悩みなし	②学校のこと	③勉強のこと	④友達のこと
男子	18 (40%)	8 (18%)	21 (47%)	5 (11%)
女子	19 (40%)	4 (8%)	23 (48%)	12 (25%)
全体	37 (40%)	12 (13%)	44 (47%)	17 (18%)
悩みの種類	⑤家庭のこと	⑥心のこと	⑦身体のこと	⑧その他
男子	2 (4%)	2 (4%)	10 (22%)	7 (16%)
女子	4 (8%)	1 (2%)	3 (6%)	6 (13%)
全体	6 (6%)	3 (3%)	13 (14%)	13 (14%)

（男子，n=45；女子，n=48；全体，n=93）

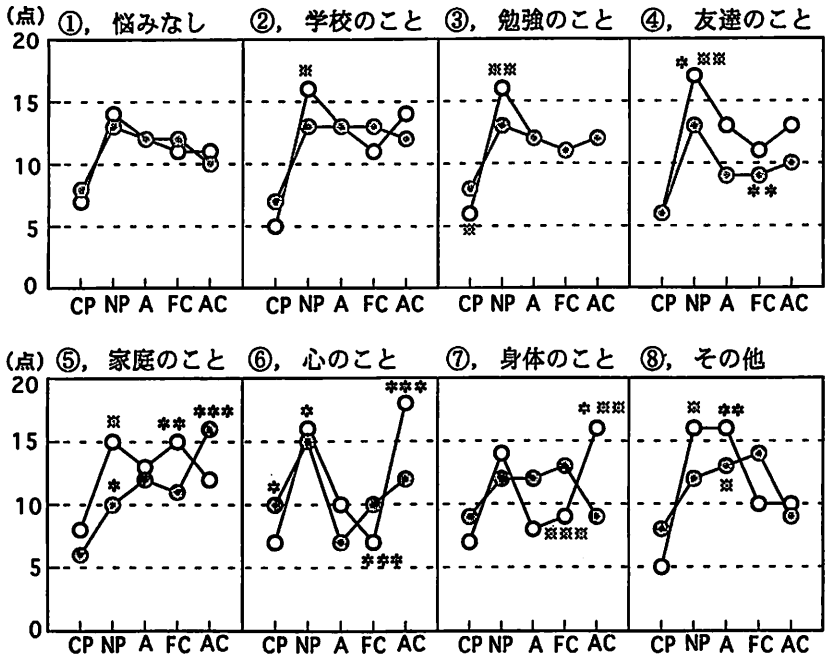


図1．悩みの種類ごとのエゴグラム（●，男子；○，女子）
＊印は悩みなしとの比較（＊，$p<0.05$；＊＊，$p<0.01$；＊＊＊，$p<0.001$）
※印は男子と女子の比較（※，$p<0.05$；※※，$p<0.01$；※※※，$p<0.001$）

表2．性格タイプごとの悩みの種類の集計結果（回答例数）

	Aタイプ（平凡型）			Bタイプ（不安定積極型）			Cタイプ（安定消極型）			Dタイプ（安定積極型）			Eタイプ（不安定消極型）		
男子	女子	全体	男子	女子	全体	男子	女子	全体	男子	女子	全体	男子	女子	全体	
（人数）	5名	1名	6名	7名	5名	12名	2名	4名	6名	7名	10名	17名	10名	8名	18名
①悩みなし	3	0	3	3	2	5	1	2	3	4	4	8	2	2	4
②学校のこと	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	2	1	3
③勉強のこと	2	1	3	4	0	4	1	2	3	2	4	6	6	5	11
④友達のこと	1	1	2	0	1	1	1	1	2	0	0	0	1	4	5
⑤家庭のこと	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	2
⑥心のこと	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2
⑦身体のこと	0	0	0	3	0	3	1	1	2	1	0	1	2	2	4
⑧その他	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	2	3	1	1	2
計(悩みあり)	3	3	6	9	2	11	3	4	7	5	6	11	14	15	29

（男子，n=31；女子，n=28；計，n=59）

点が有意に高く（$P<0.001$），「友達のこと」で悩む者のFC得点は有意に低かった（$P<0.01$）．女子では「心のこと」で悩む者のAC得点が有意に高く（$P<0.001$），FC得点は有意に低かった（$P<0.001$）．さらに，「家庭のこと」で悩む者のFC得点が有意に高く（$P<0.01$），「その他」の悩みを訴える者のA得点も有意に高かった（$P<0.01$）．

次に，悩みの種類ごとに男子と女子の間でエゴグラム得点を比較した．「身体のこと」で悩む者のFC得点（$P<0.001$）とAC得点（$P<0.01$）には，男子と女子の間で有意差が見られた．すなわち，FC得点は女子が低く，AC得点は女子が高かった．また，「勉

表3．悩みの種類とその相談相手の関連（回答例数）

悩みの種類	①担任教師	②養護教諭	③教科教師	④他の教師	⑤父母
②学校のこと	4	0	0	0	2
③勉強のこと	5	1	6	0	6
④友達のこと	1	1	0	0	3
⑤家庭のこと	0	0	0	1	0
⑥心のこと	0	0	0	0	0
⑦身体のこと	0	3	0	0	4
⑧その他	0	0	0	0	5
計	10	5	6	1	20

悩みの種類	⑥兄弟	⑦他の家族	⑧友達	⑨その他	計
②学校のこと	0	0	2	1	9
③勉強のこと	5	0	8	3	34
④友達のこと	1	0	8	0	14
⑤家庭のこと	1	0	4	0	6
⑥心のこと	0	0	0	1	1
⑦身体のこと	1	0	1	1	10
⑧その他	0	0	4	2	11
計	8	0	27	8	85

強のこと」「友達のこと」で悩む者のNP得点は，女子が高かった（$P<0.01$）．

3．性格タイプと悩みの種類の関連

表2は，性格タイプごとに悩みの種類の回答例数を集計したものである．性格タイプごとに「悩みあり」を集計したところ，全体で分布に有意差があり（$P<0.01$），Eタイプ（29例），Bタイプ（11例），Dタイプ（11例）の順で「悩みあり」が多かったが，性格タイプごとの男子と女子の間では「悩みあり」に有意差は見られなかった．

それぞれの性格タイプごとの悩みの種類としては，どの性格タイプにおいても「勉強のこと」が最も多かった．

4．悩みの種類と相談相手の関連

表3は，悩みの種類ごとに相談相手にしたい人を求めたものである．全体で相談相手の分布には有意差（$P<0.01$）が見られ，中でも「友達」（27例）や「父母」（20例）を挙げるものが多かった（55%）．「友達」を相談相手に挙げる理由としては，「話しやすい」「軽い悩み」「信用している」「理解してくれそう」等であり，「父母」を挙げる理由には，「信用できる」「安心する」「気軽に話せる」「将来に関わる」等が挙げられていた．相談相手の「その他」も，8回答例数あり，このうち3例は「勉強のこと」を相談していた．その理由には，「家族には知られたくない」「勉強の仕方」「詳しいから」等があった．

悩みの種類ごとに相談相手を見ると，「勉強のこと」は「友達」（8例），「教科教師」（6例），「父母」（6例）に相談し，「友達のこと」は「友達」（8例），「父母」（3例）に，「身体のこと」は「父母」（4例），「養護教諭」（3例）が多く相談者として挙げられていた．

養護教諭への相談経験については，「相談あり」が11名（男子5名，女子6名），「相談なし」が83名（男子40名，女子43名）であり，全体で89%の者が養護教諭に相談した経験を持たなかった．養護教諭へ相談した理由については，「いじめ」・「友達のこと」・「解決できなかったこと」等が挙げられており，反対に，相談しなかった理由については，「相談することがない」（26名，31%）が最も多く，以下「理由なし」と記載のないものであった．

考　　察

1．悩みの実態について

今回の調査では，「悩みあり」が60%であり，男女ともにその比率は変わらなかった．これまでの調査においては，悩みの多い少ないについて得点化し，対処行動や相談者さらに自覚症状との関連を見たものがあるが，悩みの有無についての調査結果は見あたらない．ただ中村[6]は7項目の悩みの有無を問い，

男女ともに2～3項目の悩みを持つと述べている．

悩みの種類は，「勉強のこと」が最も多かったが，これは伊藤[3,22]の個人生活における「勉学上の悩み」や門田[8]の「勉強」の悩みが最も多かった結果と一致している．また，男子と女子の間で悩みの差は見られなかったが，どちらも「勉強のこと」を第一位に挙げており，これも伊藤[23]の悩みの性差結果と同様の結果である．

2．悩みの種類ごとのエゴグラムの特徴について

男子では「家庭のこと」で悩む者のAC得点が高かったが，これは識名[24,25]が心身の不適応傾向に寄与の大きい「とても悩んでいる」悩みの第一は「親子関係」であると述べていることと関連が深く，家庭のことで悩む男子は従順さが特徴的であると考えられる．さらに，「友達のこと」で悩む男子のFC得点が有意に低かったが，これまでの伊藤[22]や門田[8]の研究では友達の悩みは上位に挙がってこなかった．よって友達の悩みは，中学生という仲間関係が重要になる時期においては，悩みとして多くはなくとも，一旦悩みとなったときに特に男子においては，FCを下げてしまい自由な心でいられなくなるものと考えられる．

杉浦[20]のいう心身症・神経症傾向は女子の「心のこと」で悩む者に特徴的（FC<AC）であったが，これは中学女子の精神的不健康[4-7]を裏づけるものと言える．しかし一方で，「家庭のこと」で悩む女子のFC得点が高かったことは，心身の不適応傾向にある者は「親子関係」で悩む[24]という結果と異なり，今回家庭のことで悩んでいた女子は，心身の不適応傾向にはなく，比較的自由な心でいられたと考えられる．

次に，男子と女子の間の比較では，「身体のこと」で悩む女子は男子に比べてFC得点が低くAC得点が高いという，いわゆる心身症・神経症傾向[20]を示していることが分かる．身体症状の訴えについては，不定愁訴症状が悩みと関連していること[3]，また精神領域と悩みとは関連が深い[18,26]と言われており，さらにAC得点の高さとストレスとは高い相関があること[27]や，女子におけるAC得点の高さは神経性食欲不振症のパターンに近いこと[28]が分かっているため，「身体のこと」で悩む女子については，継続的な観察が必要と考えられる．

また，男女差について中村[6]は，男子に比べて女子が多くの「内科的症状」を持っており，玉江[29]も「抑鬱を主とした精神症状」と「身体症状」の項目において，女子が男子を大きく上回っていると述べていることから，身体の悩みは精神的問題と深い関連があり，男子に比べて女子に特徴的であると考えられる．

3．性格タイプと悩みの種類の関連について

性格タイプE型，B型，D型の順で，「悩みあり」の回答例数が多かった．この性格と悩みについて沢田[30]は，情緒不安定の者に心身の問題・生活行動習慣の問題が多く，中でもYG性格テストでE型の者の健康状態が最も悪い[31]と述べている．さらに門田[8]は，情緒不安定傾向の者は不安・悩みの選択数が増える傾向にあると言っており，以上のことから性格と悩みは関連があり，特に情緒不安定で消極的な者は悩みが多いと考えられる．

4．悩みの種類と相談相手の関連について

相談相手としては「友達」「父母」が多く挙げられていたが，伊藤[3]の研究でも家族（40.5%）や親友（37.2%）を挙げる者が多く，相談者がいる者には悩みが少なく，相談者がいない者には悩みが多いという結果であった．今回「友達」を相談相手に挙げた理由として，「話しやすい」「信頼している」という反面，「軽い悩み」なら話すという面があり，また「父母」を相談相手に挙げる理由に，「信頼できる」「安心する」などがある反面，「その他」の人を挙げる理由の中に，「家族には知られたくない」というものもある．これらのことは，宗像[1]が，家族や友達という相談相手は二面性を持つと述べていること，すなわち家族は不健康なライフスタイルを回避する影響を持つ反面，家族との葛藤を合わせ持ち，友達も親友であると同時に受験の競争相手であるという矛盾をはらんでいると述べていることと関連していると考えられる．

今回，全体で89%の者が養護教諭への相談経験を持っておらず，「身体のこと」は父母や養護教諭に相談したいという結果にもかかわらず，実際，養護教諭に相談したのは「いじめ」や「友達のこと」であった．養護教諭への相談について，保健室の利用状況調査を見てみると，阪口[32]は中学生の30～40%が保健室を利用しており，その利用理由の82.9%は，頭痛・腹痛・嘔気・嘔吐・胃痛であったと述べている．また，島田ら[33]の調査では，中学生の51.4%が保健室に「あまり行かない」11%が「全く行かない」と答えており，その利用理由は「体調が悪い」27.0%，「けがの処置」22.9%と，この2つで49.9%を占めており，「相談したい」はわずか1.2%だった．他の調査[34]においても，保健室の利用とその理由は同

様の傾向を示している．これらのことから，生徒は身体症状を主訴に保健室を訪れることが多いが，相談という形で「身体のこと」を養護教諭に持ちかけることは少ないと考えられる．

また一方で，継続して生徒を援助したことがある養護教諭は中学校で87.7%にものぼり[35]，その相談内容も，小中高校において「友人関係」が最も多く，中でも「いじめ」について相談を受けた養護教諭も中学校で62.1%にのぼると報告されている[36]．これは今回，養護教諭に相談した内容が「いじめ」や「友達のこと」だった結果と一致している．

以上のことを生徒側から見ると，身体のことをきっかけに養護教諭と短時間のかかわりを持つことが多いが，養護教諭側から見ると，継続的な相談経験も多く，「心身の健康問題や心の悩みの健康相談」[37]の必要性を感じるという違いがあると考えられる．

おわりに

中学生の持つ悩みの種類とエゴグラム，性格タイプとの関連を知るために，1996年7月に熊本市内の一中学校にて質問紙調査を行い，以下の結論を得た．

1．生徒の60%が悩みを持ち，男子と女子の間でこの割合に違いはなかった．
2．悩みの種類については，特に勉強の悩みと身体の悩みは男子において47%と22%と高く，勉強の悩みと友達の悩みは女子において48%と25%と高かった．
3．エゴグラムにおいて，家庭の悩みを持つ男子はAC得点が高く，一方心の悩みあるいは身体の悩みを持つ女子はAC得点が高く，従順さが表れていた．
4．5つの性格タイプのうちE型（情緒不安定消極型）が，男子女子両方において悩みが最も多かった．
5．悩みを持つ生徒は，相談相手に友達や父母を多く挙げていた．

引用文献

1）宗像恒次：行動科学からみた健康と病気，メジカルフレンド社，東京，1987
2）河野友信：河野・吾郷編，ストレス診断ハンドブック，261-263，メデイカル・サイエンス・インターナショナル，東京，1990
3）伊藤武樹：悩みとその対処行動が中学生の健康レベルに及ぼす影響，学校保健研究，35，413-424，1993
4）伊東純子，他：中学生の疲労に関する研究（第一報）蓄積的疲労調査の結果，第41回日本学校保健学会講演集，313，1994
5）小林優子，他：中学生の生活上のストレスと精神的健康に関する研究，第41回日本学校保健学会講演集，423，1994
6）中村和彦，他：中学生における心因性内科的症状の実態，第43回日本学校保健学会講演集，426-427，1996
7）宮崎博子，他：児童・生徒の生活と健康（2）自覚症状有症率における学年推移，第42回日本学校保健学会講演集，250，1995
8）門田新一郎：中学生の精神的健康に関する要因の検討，岡山大学教育学部研究集録，101，215-228，1996
9）今井保次，他：中学生の悩み（IX），日本教育心理学会第22回総会発表論文集，526-527，1980
10）遠藤　徹，他：中学生の悩み（II），日本心理学会第42回大会発表論文集，1064-1065，1978
11）遠藤　徹，他：中学生の悩み（IV），日本応用心理学会第45回大会発表論文集，49，1978
12）遠藤　徹，他：中学生の悩み（VI），日本教育心理学会第21回総会発表論文集，970-971，1979
13）遠藤　徹，他：中学生の悩み（X），日本教育心理学会第22回総会発表論文集，528-529，1980
14）内藤哲雄，他：中学生の悩み（I），日本教育心理学会第20回総会発表論文集，412-413，1978
15）内藤哲雄，他：中学生の悩み（V），日本心理学会第43回大会発表論文集，595，1979
16）内藤哲雄，他：中学生の悩み（VII），日本心理学会第44回大会発表論文集，589，1980
17）内藤哲雄，他：中学生の悩み（VIII），日本教育心理学会第22回総会発表論文集，524-525，1980
18）井川弥生，他：中学生の心身の健康に関する要因の研究，健康教室，30（10），97-107，1979
19）秦　政春：中学生の悩み，教育と医学，慶応通信5，429-436，1979
20）杉浦守邦：ヘルスカウンセリングの進め方3－心理テストの進め方・読み方，148-157，東山書房，1993
21）俵里英子，他：新しい質問紙法エゴグラム（東大式）とCMI，Y-Gテストとの関係についての考察，交流分析研究，9（1，2），13-19，1984
22）伊藤武樹：中学生の悩みとその対処行動，学校保健研究，35，209-219，1993
23）伊藤武樹：中学生の悩み及び自覚症状とその対処行動の関連－数量化II類を用いた検討－，学校保健研究，36，145-157，1994
24）識名節子，他：思春期の心身の不適応徴候のスクリーニング法の検討－数量化II類による解析（2）－，第42回日本学校保健学会講演集，216，1995
25）識名節子，他：思春期の学校や家庭に対する意識と身体症状や悩みについて－数量化II類による解析－，第43回日本学校保健学会講演集，264-265，1996
26）岡田隆介，他：健康調査・悩み調査を通してみた中学生の悩みについて，臨床精神医学，11，985-994，1982

27) 松波槇介：エゴグラムとストレス反応，工学院大学共通課程研究論叢，33，121-137，1995
28)十河其人，他：新しい質問紙法エゴグラムの臨床的応用－その3．心身症のエゴグラム－，心身医学，27（4），330-336，1987
29) 玉江和義，他：北九州市内公立中学校3年生生徒における自覚症状の実態，福岡教育大学体育研究センター紀要，19，21-29，1995
30) 沢田孝二：性格傾向が健康生活に及ぼす影響（第5報），第43回日本学校保健学会講演集，300-301，1996
31) 沢田孝二：性格傾向が健康生活に及ぼす影響（第4報），第42回日本学校保健学会講演集，242，1995
32) 阪口禎男，他：保健室訪問に関する心理学的考察－高校生のCAS不安心理テストによる－，千葉大学教育学部研究紀要，33（2），197-212
33) 島田揚子，他：生徒の不安感と養護教諭の対応との関連について－ある中学校におけるアンケート調査をもとに－，熊本大学教育学部養護教諭養成課程卒業研究論文，1997
34) 長崎県教育センター：学校における教育相談の在り方－養護教諭の相談活動を中心として－，紀要，174，71-91，1993
35) 中島玲子，他：養護教諭の相談実態から相談教諭を考える，第39回日本学校保健学会講演集，302，1992
36) 土取洋子，他：子どもの心の健康実態と養護教諭の相談活動，第44回日本学校保健学会講演集，430-431，1997
37) 小倉学，他：養護教諭に対する保護者のニーズ－執務項目選択・要望内容を中心に－，学校保健研究，30（2），78-84，1988