

原著

## 沖縄県児童における精神的健康に関する研究

宮城政也<sup>1)</sup> 小橋川久光<sup>2)</sup> 兼城賢作<sup>3)</sup>

本研究の目的は、MHP-C (Mental Health Pattern for Children) を用いて、本県児童 (4～6年生) の精神的健康度 (メンタルヘルスパターン) の現状を把握することである。対象は、沖縄県内公立小学校6校、4年生 (男子83名、女子77名)、5年生 (男子99名、女子133名)、6年生 (男子114名、女子117名) 計623名である。その結果、「ストレス反応」尺度では、男女差は認められず、学年については4年生が、5、6年生に比べて有意に低ストレス傾向を示した。「やる気」尺度については、「自信」のみに有意な男女差が認められ、学年については、すべての下位尺度「目標・挑戦」、「自信」、「生活の満足度」において、6年生が、4、5年生に比べて有意に低い傾向を示した。メンタルヘルスパターンについては、男女差は認められず、学年差は、「はつらつ型 (いきいき型)」が学年が上がるにつれて減少し、「だらだら型」、「へとへと型」は6年生が増加傾向を示した。全体的な本県児童の特徴としては、(低ストレス、低やる気) の「だらだら型」の比率が高い傾向を示している。

キーワード : 児童、精神的健康、ストレス尺度、QOL(やる気)尺度、メンタルヘルスパターン、沖縄県

### 緒言

近年の急激な社会生活環境やライフスタイルの変化、生活体験の不足や人間関係の希薄化、心理的ストレスの増大など、これらは、現代社会における児童、生徒に関わる身体的、心理的、諸問題の原因と考えられ、それと同時に子供たちのメンタルヘルスに様々な影響を与えていると言われている<sup>1) - 3)</sup>。

「子供のからだは蝕まれている」<sup>4)</sup> という警告本が出版されて20年余りが経ち、心身についての様々な問題点が指摘されるなか、特に、心の教育、心の健康といった精神的健康に関する問題がクローズアップされている。

山中らは、学校教育現場において学校カウンセラーの設置はもちろんのこと、児童生徒一人一人において情動的ストレスコーピングのスキルを養うためのストレスマネジメント教育の必要性を指摘し実践している<sup>5)</sup>。

これまで、メンタルヘルスに関する研究は、心理学や心身医学等の分野を中心に行われ、多くのメンタルヘルス尺度が開発、報告され、様々な研究や臨床場面で利用されてきた。

橋本らは、このようなメンタルヘルス尺度を従来のようなネガティブな側面 (ストレス、抑うつ、不安の高低) にだけとられるのではなく、適度なストレスはむしろ有用 (ユースストレス) であるとの視点から、ポジティ

ブな側面、つまり生活の質、QOL (生活の満足感、充実感) に目を向けることによりメンタルヘルスを類型化して捉える精神的健康パターン診断尺度 (MHP: Mental Health Pattern) を開発し、簡便かつ、より生活にコミットしたかたちでメンタルヘルスを捉えている<sup>6) - 9)</sup>。また、これまで、この種のメンタルヘルス尺度を用いて評価、検討した研究は、宮城らによって本県看護学生と短期大学生を比較検討したものがあり、その結果として、看護学生が短大生よりも有意に心理的、身体的ストレスを感じ、ポジティブな側面としての生きがいについては、低い傾向を示したとしている。また、日常的に運動を実践している学生は、そうでない学生に比べて低ストレス、高生きがいの傾向を示したと報告している<sup>10) 11)</sup>。

さらに、西田らは、昨今、学校教育現場における様々な問題の根底にあると思われるストレスの低年齢化についても、MHP の特徴を生かし、児童生徒の精神的健康を考えるために、橋本らによって開発された MHP をベースにした児童用精神的健康パターン診断検査 (MHP-C: Mental Health for children) を作成している<sup>12) 13)</sup>。この尺度は、6因子、30項目からなり、ポジティブな側面として「やる気」、ネガティブな側面として「ストレス反応」が特徴としてあげられ、その組み合わせにより4つのメンタルヘルスパターンに分類することができるものである。このように、児童の精神的健康を2つの次元から捉えようとする尺度はほとんど見あたらず、精神的健康を把握する上で、より日常生活上のポジティブな側面に目を向けることは重要であると思われ、本尺度を使

1) 沖縄県立看護大学

2) 琉球大学教育学部

3) 具志川記念病院

用する意義は大きいものと思われる。

そこで、本研究は、今回新たに児童用精神的健康パターン診断尺度 (MHP-C) が開発されたことから、MHP-Cを用いて沖縄県児童 (4年生～6年生) の精神的健康度 (メンタルヘルスパターン) の現状を把握することを目的とした。

## 研究方法

### 1. 調査対象

沖縄県内の公立小学校6校 (那覇地区1校174名、中部地区2校363名、離島地区3校86名) / 4年生 (男子83名、女子77名)、5年生 (男子99名、女子133名)、6年生 (男子114名、女子117名) 計623名である。

### 2. 調査期間

2000年7月上旬～下旬

### 3. 調査方法

沖縄県内の公立小学校6校約800名に対し、各クラス担任による集合調査によって行った。回収率93% (750名)、さらに記入漏れや、記入ミスを除く623名を分析対象とした。有効回答率83%。また、データの解析は、SPSS統計パッケージ10.0J for windows を使用した。

### 4. 調査内容

西田らの作成したMHP-C、「ストレス反応」尺度として3因子 (心理的ストレス・怒り感情 / 社会的ストレス・引きこもり / 身体的ストレス・疲労) 15項目、「やる気」尺度として3因子 (目標・挑戦 / 自信 / 生活の満足度) 15項目の計30項目を、「最近の心や身体の調子」につい

て、さいきん、わたしは・・・「ぜんぜんそんなことはない (+1)、すこしそうである (+2)、かなりそうである (+3)、すごくそうである (+4)」の4件法によって求めた。また、この尺度は、ストレス反応次元とやる気次元を組み合わせることによって4つのメンタルヘルスパターン「はつらつ型 (いきいき型)」、「だらだら型」、「ふうふう型」、「へとへと型」が求められ、児童の生活場面を多角的に少ない項目数で診断し、メンタルヘルスを包括的に測定する尺度である。

## 結果

### 1. 「ストレス反応」尺度について

総ストレスの男女差については、表1に示すように男子23.73 (SD=7.40)、女子23.97 (SD=7.66) となり有意な差は認められなかった。さらに、下位尺度について検討した結果、心理的ストレス「怒り感情」、社会的ストレス「引きこもり」、身体的ストレス「疲労」についても有意な男女差は認められなかった。

総ストレスの学年差については、4年生21.84 (SD=6.31)、5年生24.58 (SD=8.42)、6年生24.52 (SD=6.75) となり、分散分析とTurkeyのHDS分析による多重比較の結果、4年生が有意に低ストレス傾向 (F=7.89、P<.01) を示した。下位尺度については、心理的ストレス「怒り感情」 (F=9.33、P<.01)、身体的ストレス「疲労」 (F=9.37、P<.01) 両ストレスについて多重比較の結果、4年生が有意に低ストレス傾向を示した。また、社会的ストレス「引きこもり」については、学年間に有意な差は認められなかった。

表1 MHP-C「ストレス反応」尺度の性別、学年別平均値及び分散分析結果

	怒り感情	疲労	引きこもり	総ストレス
男子	9.15(3.84)	7.72(2.83)	6.86(2.22)	23.73(7.40)
女子	9.22(3.70)	8.07(3.14)	6.68(2.44)	23.97(7.66)
F値	0.07	2.09	1.02	0.15
4年生	8.09(3.02)	7.04(2.49)	6.71(2.39)	21.84(6.31)
5年生	9.59(4.23)	8.12(3.39)	6.87(2.58)	24.58(8.72)
6年生	9.54(3.60)	8.28(2.78)	6.71(2.03)	24.52(6.75)
F値	9.33**	9.37**	0.34	7.89**

( )内は標準偏差

\*\* : P<.01

表2 MHP-C「やる気」尺度の性別、学年別平均値及び分散分析結果

	目標・挑戦	自信	生活の満足感	総やる気
男子	13.34(3.95)	10.52(3.23)	13.95(4.09)	37.81(9.41)
女子	13.12(3.92)	9.66(2.93)	14.06(4.22)	36.83(9.14)
F値	0.51	12.22**	0.10	1.75
4年生	13.81(3.69)	10.78(3.06)	14.30(4.05)	38.89(9.09)
5年生	13.94(3.69)	10.69(3.20)	14.63(4.12)	39.25(9.10)
6年生	12.10(3.89)	8.95(2.69)	13.18(4.13)	34.23(8.79)
F値	15.71**	25.61**	7.75**	21.44**

( )内は標準偏差

\*\* : P &lt; .01

## 2. 「やる気」尺度について

総やる気度の男女差については、表2に示すように男子37.81 (SD=9.41)、女子36.83 (SD=9.14) となり有意な差は認められなかった。さらに、下位尺度について検討した結果、男子が有意に「自信」(F=12.22、P<.01) について高い傾向を示した。また、「目標・挑戦」、「生活の満足感」については、有意な差は認められなかった。

総やる気度の学年差については、4年生38.89 (SD=9.09)、5年生39.25 (SD=9.10)、6年生34.23 (SD=8.79) となり、多重比較の結果、4、5年生に比べ6年生が有意に低やる気傾向 (F=21.44、P<.01) を示した。さらに下位尺度について検討した結果、「目標・挑戦」(F=15.71、P<.01)、「自信」(F=25.61、P<.01)、「生活の満足感」(F=7.75、P<.01)、すべての尺度に有意差が認められ、多重比較の結果、4、5年生に比べて6年生が低い傾向を示した。

## 3. MHP-C得点とメンタルヘルスパターンについて

図1に示すようにMHP-Cは、「ストレス反応」と「やる気」の2つの次元の組み合わせによって「はつらつ型(いきいき型)」、「だらだら型」、「ふうふう型」、「へとへと型」の4つのパターンに分類することができる。それぞれのcut off pointは、ストレス得点24/25、やる気得点39/40である。

本調査結果より、表3に示すように「はつらつ型(いきいき型)」47.4%、「だらだら型」30.8%、「ふうふう型」9.5%、「へとへと型」12.4%とという結果が得られた。また、表3に示すように、男子は、「はつらつ型(いきいき型)」47.0%、「だらだら型」31.1%、「ふうふう型」10.8%、「へとへと型」11.1%、女子は、「はつらつ型(いきいき型)」47.7%、「だらだら型」30.6%、「ふ

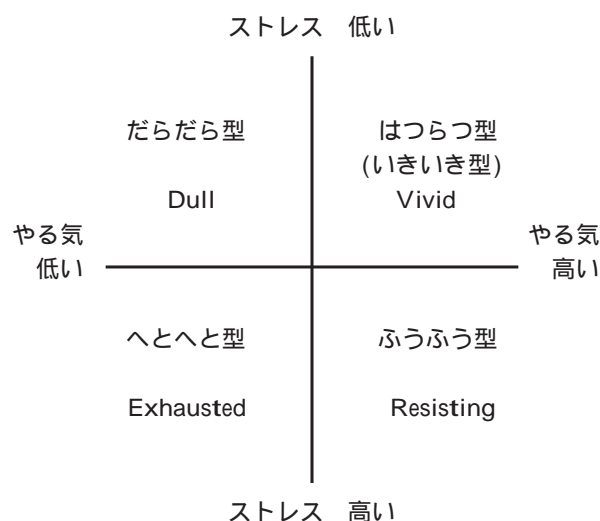


図1 4つのメンタルヘルスパターンについて

うふう型」8.3%、「へとへと型」13.5%という結果が得られ、男女間に有意な差は認められなかった。さらに、学年間について、表3に示すように4年生は、「はつらつ型(いきいき型)」56.3%、「だらだら型」29.4%、「ふうふう型」9.4%、「へとへと型」5%、5年生は、「はつらつ型(いきいき型)」52.2%、「だらだら型」22.8%、「ふうふう型」12.5%、「へとへと型」12.5%、6年生は、「はつらつ型(いきいき型)」36.4%、「だらだら型」39.8%、「ふうふう型」6.5%、「へとへと型」17.3%という結果が得られ、学年が進むにつれて有意に ( $\chi^2 = 36.69$ , P<.01) 「はつらつ型(いきいき型)」が減少し、「へとへと型」が増える傾向を示した。

尚、今回の調査結果よりMHP-Cの因子構造、クロンバックの信頼係数 ( $\alpha = .743 \sim .859$ ) より各尺度の内的整合性が確認され、尺度の信頼性、妥当性が高いとする西田らの報告<sup>12)</sup> とほぼ同様の結果が得られた。

表3 メンタルヘルスパターンの性差と学年差について

	はつらつ型 (いきいき型)	だらだら型	ふうふう型	へとへと型
男子	139(47.0%)	92(31.1%)	32(10.8%)	33(11.1%)
女子	156(47.7%)	100(30.6%)	27(8.3%)	44(13.5%)
				<sup>2</sup> = 1.77 ns
4年生	90(56.3%)	47(29.4%)	15(9.4%)	8(5.0%)
5年生	121(52.2%)	53(22.8%)	29(12.5%)	29(12.5%)
6年生	84(36.4%)	92(39.8%)	15(6.5%)	40(17.3%)
				<sup>2</sup> = 36.69 P < .01
TOTAL	295(47.4%)	192(30.8%)	59(9.5%)	77(12.4%)
九州地区	574(56.4%)	192(18.9%)	138(13.6%)	114(11.2%)
				<sup>2</sup> = 64.67 P < .01

表4 先行研究による九州地区の「ストレス反応」及び「やる気」尺度の性別、学年別平均値 (N = 1018)

	怒り感情	疲労	引きこもり	総ストレス
男子	8.90	8.53	6.83	24.26
女子	8.89	8.90	6.73	24.52
4年生	8.75	8.42	6.79	23.96
5年生	8.85	8.79	6.81	24.45
6年生	9.09	8.96	6.76	24.81
	目標・挑戦	自信	生活の満足感	総やる気
男子	14.15	11.62	14.72	40.49
女子	13.51	10.92	14.74	39.17
4年生	13.60	11.42	15.14	40.16
5年生	13.98	11.67	14.95	40.60
6年生	13.92	10.73	14.10	38.75

西田順一：「児童用精神的健康パターン診断検査の開発」

九州大学人間環境研究科修士論文 (2000) より参照

## 考察

### 1. 「ストレス反応」について

総ストレスの男女差については、有意な差が認められなかった。また、下位尺度、心理的ストレス「怒り感情」、社会的ストレス「引きこもり」、身体的ストレス「疲労」についても有意な差は認められなかった。この結果は、九州地区において調査報告を行った西田らの示す平均値(表4参照)<sup>12)</sup>についても同様であり、小学生期においては、性差によるストレス反応に顕著な違いは見られない

ものと思われる。

総ストレスの学年差については、4年生が有意に低ストレス傾向を示している。この傾向は、九州地区平均値(学年差なし)と若干の違いがある。これは、本県児童のストレス反応が、5年生から高くなることを示していることになるが、それについては、明確な推察ができないのが現状であり、今後の課題としたい。また、下位尺度について検討したところ、心理的ストレス「怒り感情」、身体的ストレス「疲労」については、4年生に比べて5、

6年生が高くなる傾向を示している。興味深いのは、社会的ストレス「引きこもり」(全平均6.77)のみ学年差がなく、九州地区(平均6.78)とほぼ同様の平均値を示していることから、本県児童についても、現在社会問題化している若者の「引きこもり」現象や、その原因として考えられているコミュニケーションスキルの低下傾向について調査検討の必要性を示唆するものであると思われる。

## 2. 「やる気」尺度について

総やる気度の男女差については、有意な差は認められなかった。しかし、下位尺度について検討したところ、「自信」について男子が有意に高い傾向を示している。このことは、九州地区についても同様であり、西田らは、男子のメンタルヘルスは、女子に比べ自信や、目標、挑戦といったポジティブな側面が高いことが推察されるとしており<sup>12)</sup>、本調査においてもその結果を支持するものであった。

総やる気度の学年差については、4、5年生に比べ6年生が有意に低くなる傾向を示している。このことは、九州地区とほぼ同様であり、西田らは、学年があがるにつれて、人間関係や学習に関する煩わしさなど、メンタルヘルスに関連するようなライフイベントが影響を及ぼしているとしており<sup>12)</sup>、本県児童においてもほぼ同様であると思われる。

## 3. メンタルヘルスパターンについて

本県児童の4つのメンタルヘルスパターンについては、低ストレス、高やる気の「はつらつ型(いきいき型)」47.4%、低ストレス、低やる気の「だらだら型」30.8%、高ストレス、高やる気の「ふうふう型」9.5%、高ストレス、低やる気の「へとへと型」12.4%という結果が得られた。この傾向は、九州地区と比べて、特に「はつらつ型(いきいき型)」が少なく、「だらだら型」が多い傾向を示しており、このことは、本県児童が全体的に、(低ストレス、低やる気)型の児童の比率が多いことを示している。つまり、ストレスは低い、やる気も低いということであり、ポジティブな意味においてのメンタルヘルスは決して高いとはいえないことを示唆するものである。

また、男女差については、有意な差が認められなかったが、学年差については、「はつらつ型(いきいき型)」が学年が進むにつれて減少し、「だらだら型」、「へとへと型」は6年生が増加傾向である。このことは、小学生のメンタルヘルスを考えるとき、ストレスの高低やコーピングについて注意を払うことが重要であることには変

わりはないが、目標設定や、挑戦、あるいは様々な成功経験によって得られる自信、自己効力感の向上といったポジティブな側面が総合的なメンタルヘルスを高めるうえで重要な要因になるということを示していると思われる。

尚、今回、沖縄県内(那覇地区、中部地区、離島地区)について調査を行ったが、明確な地域差は認められなかった。しかし、離島地域のサンプルが少ないことや、ライフスタイルや外的環境要因等、社会心理的背景の違いによる児童生徒の精神的健康へ与える影響を明らかにするため、今後、北部地域(ヤンバル)、さらに、宮古、八重山地方等を加え詳細な調査検討が必要であると思われる。

## 結 論

本研究は、MHP-Cを用いて本県児童の精神的健康度(メンタルヘルスパターン)の現状を把握することを目的としたものである。

その結果、「ストレス反応」尺度については、男女に有意な差は認められず、西田らの示した九州地区の傾向とほぼ同様の結果を示した。学年については、4年生が有意に低い傾向を示し、九州地区の学年差と比べて若干の違いが認められた。

「やる気」尺度については、男女差は認められなかった。しかし、下位尺度の「自信」のみに有意な差が認められた。この結果は、九州地区とほぼ同じ傾向であった。学年差については、4、5年生に比べて6年生が有意に低い傾向を示した。また、すべての下位尺度に有意な学年差が認められた。

メンタルヘルスパターンについては、男女差は認められず、学年差については、学年が上がるにつれて「はつらつ型(いきいき型)」が減少し、「だらだら型」、「へとへと型」は、6年生が増加傾向を示した。全体的なメンタルヘルスパターンの比率は、九州地区のパターン比率と興味深い違いが認められた。

## 謝 辞

本調査研究をするにあたり、御多忙の折ご協力いただいた6小学校、校長先生をはじめ各クラス担任の先生方、児童の皆さんへ心より御礼申し上げます。

## 文 献

- 1) 山崎晃資：児童生徒の心の健康問題の現状と課題スポーツと健康、32(7)、25-32、2000
- 2) 渡辺美枝子：心の健康問題の現状と心の健康に関する

- る指導の意義、スポーツと健康、31(9)、28-31、2000
- 3) 大森 勲：学校における心の健康に関する指導の進め方、スポーツと健康、31(9)、32-35、2000
- 4) 正木建雄、野口三千三編：子供のからだに蝕まれている、柏樹社、1980
- 5) 山中 寛：学校におけるストレスマネジメント教育、テレビ講座「ストレス社会を健やかに生きるために」、南日本放送、1997
- 6) 橋本公雄、徳永幹雄、高柳茂美：精神的健康パターンの分類の試みとその特性、健康科学、16、49-56、1994
- 7) 橋本公雄、徳永幹雄：メンタルヘルスパターン診断検査の作成に関する研究(1) - MHP 尺度の信頼性と妥当性 -、健康科学、21、53-62、1999
- 8) 橋本公雄、徳永幹雄：メンタルヘルスパターン診断検査作成に関する研究(2) - MHP-1 尺度の信頼性と妥当性 -、日本スポーツ心理学会第26回大会研究発表抄録集、38-39、1999
- 9) 渡壁文子、橋本公雄、徳永幹雄：メンタルヘルスパターンと健康行動との関係(1) - 特に身体活動関連変数を中心として -、健康科学、22、159-166、2000
- 10) 宮城政也、小橋川久光、大嶺哲司：女子看護学生におけるストレスと生きがいについて、沖縄心理学研究、19、45-47、1996
- 11) 大迫光由、宮城政也、小橋川久光：看護学生におけるストレスと生きがい、気分について、沖縄心理学研究、21、7-10、1998
- 12) 西田順一：児童用精神的健康パターン診断検査の開発、九州大学大学院人間環境研究科修士論文、30-63、2000
- 13) 西田順一、橋本公雄、徳永幹雄：児童用精神的健康パターン診断検査の開発に関する研究、第12回日本健康心理学会発表論文集、120-121、1999

# A Study on the Mental Health of Elementary School Children in Okinawa Prefecture

Miyagi Masaya, M.P.E.<sup>1)</sup> Kobashigawa Hisamitsu, B.E.<sup>2)</sup> Kaneshiro Kensaku, M.D.<sup>3)</sup>

The purpose of this study was to investigate the MHP-C (Mental Health Pattern for Children) of elementary school children in Okinawa prefecture.

The results of the study were as follows :

1) Analysis of variance revealed that there were no significant gender differences, but were significant grade differences ( $F=7.89$ ,  $P<.01$ ) in the score of stress scale of MHP-C. 2) Analysis of variance revealed that there were no significant gender differences in the QOL scale of MHP-C. However, there were significant gender differences ( $F=12.22$ ,  $P<.01$ ) in the "confidence" subscale of QOL scale. Additionally, there were significant grade differences ( $F=15.71 / 25.61 / 7.75$ ,  $P<.01$ ) in all subscales ("target and challenge", "confidence", "satisfaction in life") of QOL scale. 3) Chi-square test revealed that there were no significant gender differences, but were significant grade differences ( $\chi^2=36.69$ ,  $P<.01$ ) in the exhibited ratios of the four types of MHP (Mental Health Pattern). Above all, for 4th to 6th graders, the exhibited ratios of one of the types, "Vivid" of MHP, decreased gradually, and two other types, "Dull" and "Exhausted" of MHP, increased mostly in 6th graders. On the whole, the exhibited ratios of "Dull" types (low stress and low QOL) of MHP in elementary school children of Okinawa prefecture tended to be conspicuously shown.

Key words: Elementary School Children, Mental Health, Stress Scale, QOL Scale, Mental Health Pattern, Okinawa Prefecture.

---

1) Okinawa Prefectural College of Nursing

2) College of Education, University of the Ryukyus

3) Gushikawa Memorial Hospital