

若者の精神保健の動向とその対応(3)

——これまでの結果から——

中 藤 淳*

【目 的】

本学学生の精神的自覚症状を示すUPI データ（中藤、2004、2005）や、自殺者数及び「国民生活に関する世論調査」による若者の悩みや不安についてのデータ（中藤、2011、2012）などから、1990年代後半、とりわけ1998～99年頃を分岐点として若者の精神保健上に大きな影響を与える要因が存在することが示唆される。

例えば、2019年6月に行われた「国民生活に関する世論調査」によると日頃の生活の中で、悩みや不安を感じているか聞いたところ、「悩みや不安を感じている」と答えた者の割合が63.2%、「悩みや不安を感じていない」と答えた者の割合が36.1%となっている。

その内、若者（18～29歳：2016年より調査対象が20歳から18歳に引き下げられた）の悩みや不安は、「感じている」が男性43.3%（前年比3.5%減）、女性

57.8%（同1.9%減）、「感じていない」が男性54.5%（2.6%増）、女性41.7%（同3.2%増）である。

研究対象としている1995～2019年の内、1998～99年頃を分岐点として、それまでの「感じている」の平均値が男性45.7%、女性45.0%であるのに対し、「感じていない」は男性52.1%、女性52.8%と「感じていない」とする回答が過半数を占めていた。ところが、1999年以降は、「感じている」が男性55.9%、女性60.4%といずれも6割近くを占めている（図1）。そして、2016年頃よりその傾向にやや鈍化が認められる。2016年の「感じている」は男性52.3%、女性54.9%であるが、2017年は男性47.2%、女性54.0%と、それまで50%以上であった値が2017年の男性でその値を割り、2018年は46.8%、2019年も43.3%と減少傾向を示している。それに対し、女性は「感じている」が一貫して50%以上である。

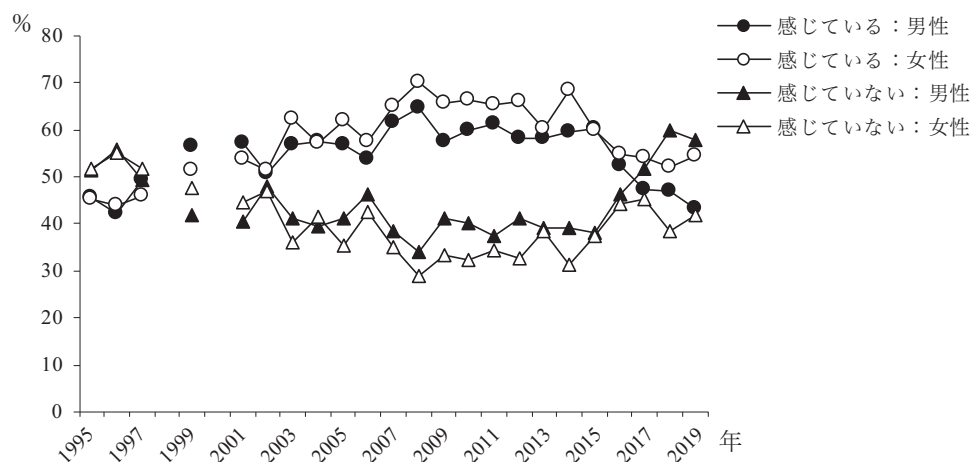


図1 日頃の生活の中で、悩みや不安を感じているか

（資料：内閣府「国民生活に関する世論調査」より作成）

但し、1999～2018年の若者を含む全体（18～70歳以上）の「感じている」の平均値は66.5%であり、2007年が70.3%と最も高く、2019年は63.1%（男性：59.9%、女性：66.0%）である。他方、「感じていない」の平均値は32.5%であり、やはり2017年が36.4%（男性：39.0%、女性：34.1%）と最も高く、2019年は36.1%（男性：39.4%、女性：33.3%）である。若者と同様、2017年で「感じていない」との回答が高いが、それでも「感じている」が依然として6割以上を占め、特に女性でその割合の高い点に留意すべきである。

筆者は、これまでこうした要因によると思われる現象を取り上げてきた（中藤、2013、2014、2015）。そして、得られたデータを整理して若者の精神保健上に大きな影響を与える要因についての分析・考察を行った（中藤、2016）。

精神的自覚症状として現れる若者の不安に対しては、例えば学生相談に代表されるような個別的な対応が挙がる。もちろんそうした個別的な対応も必要であるが、これまで本論文で追究してきた精神保健の動向に多大な影響を与えていると推察される「先行きの不透明さや、より良い未来への確信が持ちづらいこと、特に、経済上の変化や社会保障における不安」の低減や、「それらに伴う生活上の変化、たとえば、社会的格差や貧富の格差が拡大傾向にある、あるいは、過去に比べて希望が持てない社会」からの転換あるいは脱却が期待される（中藤、2011、2012、2013、2014、2015、2016）、との考えから「働き方改革実行計画」に関連する労働環境について考察・検討を行った（中藤、2017）。

こうした労働環境の整備・改善は本論文の研究対象である若者ばかりでなく、老若男女問わず、また、本論文では取り上げなかったが外国人（労働者）などにも有用であろう。

労働環境が整備・改善されることももちろん大切だが、実際に働く人の不安や希望などの意識や意欲などの心理的側面への働きかけ（対応）も重要である。なぜなら、労働環境が整備・改善されたとしても、不安や精神的ストレスなどから心の病を発症する人は必ず出てくるからである。

その要因としては、遺伝や環境が想定されるが、これまでの知見により、遺伝による関与は若干の可能性に過ぎないことが分かっている。すなわち、生来的な問題よりも、誕生後にいかなる発達をたどり、その過

程でいかなる人格が形成されるかの方が重要な問題なのである（中藤、2017）。

それは、生育する環境や対人関係に影響される部分が大きく、とりわけ幼い頃は、長期にわたり親（またはその代理）の世話を受けなければ生きられない。そのために、親（母）子関係や生育環境は人格形成の重要な鍵を握っている。遺伝によると考えられるような問題点も、実は生まれつきによるものではなく、親と一緒に生活するという環境面からの影響として考えられる部分が決して少なくないからである。

心の病の発病のメカニズムをこのように理解すると、青春期やその後の人生において異常な事態を招くか否かは、それ以前の発達過程によって決定づけられるといってもよい。また、幼少期において人格のベーシックな部分が適切に、もしくは確かに形成されていれば、仮にいったん発病などの異常な事態に陥っても、やがては正常に回復し得る可能性があるといえる。

こうした考えから、井上靖の著書（1976）と夏荊郁子の論文（2016）から親（母）子関係や生育環境が人格形成に及ぼす重要性について論じた（中藤、2018）。いずれもいわゆる客観的なデータというよりは、内省報告と捉える方が相応しいが、極めて特異な親（母）子関係や生育環境のもとで育った人物の自己形成史として貴重な資料である。

井上靖と夏荊郁子それぞれの親子関係や生育環境は、常識的な範疇からは大いに逸脱しているといえよう。筆者は前者のそれを「暖かくほのぼのとした」と、後者を「暗澹とした」と形容した。そして、井上がそれらを概ね肯定しているのに対し、夏荊はそうではない。また、親子関係もさることながら、二人の生育環境の違いに着目すると、夏荊のそれが青春期において異常な事態を招く大きな要因であったといっているが間違いではなからう。

論文では井上靖と夏荊郁子を取り上げて論じているが、こうした親子関係や生育環境には筆者を含めて誰もが影響されるのである。それは当然のことであるが、問題なのはその人が青年期やその後の人生で、ほどほど（good enough）の人間関係や社会生活を送れるのか否か、なのである。夏荊に見たような逸脱行動や心の病は可能であればそれらを事前に回避できることが望ましいのは言うまでもない。

しかし、現実には1998～99年頃を分岐点として若者の精神保健上に負の影響を与える要因が存在し、そ

れは若者ばかりではなく老若男女に当てはまるのはこれまで見てきた通りである。それらの中には労働環境によるものも大きいが、親子関係や生育環境によるものも極めて大きいことが実感される。

学生相談でも適応障害、リストカット、うつ、社交不安障害などの学生に対応する機会があるが、親子関係や生育環境の影響や、それによると推測されるものの考え方や感じ方の過度な歪み、あるいは弱さを感じる。例えば、過去にこだわりすぎる、自己肯定感が低い、情緒が不安定、悲しげな表情などである。

こうした親子関係や生育環境の影響を直接に、また縦断的に検討することは極めて困難である。筆者は、上述の井上靖と夏苺郁子の事例を挙げてそれらの点を論じたが、本論文では、井上靖や夏苺郁子以外のデータから親子関係や生育環境の影響とそれらへの対応について追究することを目的とする。

さて、文部科学省による「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」には、暴力行為、いじめ、不登校、自殺などについてのデータが挙がっている。学校は子どもにとって大切な場所である。しかし、そうした場でこのような問題が存在し、それらへの対策がなされても、依然としてなくなるのはいかならうか。

学校は他者、しかも同年代の他者との共同生活の場であり、家庭とは異質の圧力が働く。自分の思い通りに事が運ばないことも多く、葛藤や不安が生じやすい。クラスメイトは些細なことでも大げさに嘲笑したり、時には辛らつでさえある。就学以前の幼少期において人格のベーシックな部分が適切に、もしくは確かに形成されていれば、こうした場での葛藤や不安に対してほどほどの適応が可能であるが、そうでなければ事態は深刻になる。

こうした問題行動は、いずれも増加傾向にあり、子どもの抱えている様々な心の問題が依然として大きな影を落としていることを示唆している。とりわけ、小学生、中学生などはそれらを精神的な自覚（症状）として心の内に秘める、といった対処法ではなく、より具体的な（暴力行為やいじめなどの）直接行動として表していると考えられる。これらに対しては、これまでもスクールカウンセラーの配置などさまざまな対応がなされ、新たにスクールソーシャルワーカーの配置も行われている。それらは確かに対症療法の一環としては必要であろうが、問題解決にはほとんど役に立たないであろう。

問題行動の解決には、子どもの抱えている心の問題、例えば、適切な親子関係や友人関係の構築、努力が報われるとの希望が持てる社会のあり方が求められ、それらがなされなければ根本的な解決は望めない（中藤、2015）、との考え方からこうした問題行動、とりわけ「不登校」のデータから分析・検討を行う。

【方 法】

文部科学省による「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」のデータや、筆者が関わった「短期母子療育事業」、及び「平成25年度全国学力・学習状況調査」の追加調査として実施された「保護者に対する調査」で学力に影響を与える要因分析に関する調査結果（耳塚、2014）で得られた知見などをもとに親子関係や生育環境の影響や具体的な対応方法を追究する。

【結果及び考察】

親子関係や生育環境について

「平成29年度 児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」では、1) 暴力行為、2) いじめ、3) 出席停止、4) 小・中学校の長期欠席（不登校等）、5) 高等学校の長期欠席（不登校）、6) 高等学校中途退学等、7) 自殺、8) 教育相談、について国公私立小・中・高等学校や教育委員会を対象に調査がなされ、例えば、4) 小・中学校の長期欠席（不登校等）の数は217,040人（前年度206,293人）。その内、不登校児童生徒数は144,031人（前年度133,683人）であり、5) 高等学校の長期欠席（不登校）の数は80,313人（前年度79,391人）。その内、不登校生徒数は49,643人（前年度48,565人）などのデータが挙がっている。

これらの内、平成29年（2017年）度に過去最高の値を示したものは、1) 暴力行為の発生件数の小学生17,078人、2) いじめの発生件数で小学生151,692件と小・中・高の合計件数225,132件などである。

また、2019年10月17日に「平成30年度の児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果」が文部科学省から公表された。

それによると、いじめは前年度から約13万件増えて、小学生が425,844件（前年度比10,823件増）、中学生が97,704件（同17,280件増）、高校生も17,709件（同2,920件増）と過去最多の543,933件に達した。そして、小・中学校の不登校児童生徒数は、164,528人であり、不登校児童生徒の割合は1.7%（前年度1.5%）でこれ

も過去最高であった。さらに、自殺した児童生徒は332人で前年度より82人多く、過去30年で最も多かった。

こうしたデータには、子どもの抱えている様々な心の問題が、子どもの生活時間の大部分を占めている「学校」という場で如実に、あるいは象徴的に現れてくる、と考えられ、本論文で繰り返し強調してきた親子関係や生育環境の影響の反映でもある。

すなわち、調査項目1)～7)は子どもの抱えている様々な心の問題が数量化されており、貴重なデータと言えよう。しかし、惜しむらくは、例えば、1)暴力行為については、発生件数や発生した学校数、加害児童生徒数などについてはデータ化され、2)いじめについても、認知件数、認知した学校数、現在の状況で「解消しているもの」の件数の割合、発見のきっかけなどの現象面についてはデータ化されているが、暴力行為に至った要因やいじめを行うに至った要因の分析・検討などには踏み込んでいない。調査項目3)出席停止以降の項目でも同様である。

但し、調査項目1)～7)の内、4)小・中学校の長期欠席（不登校等）、5)高等学校の長期欠席（不登校）には、長期欠席者数や不登校児童生徒数などのデータと共に、不登校の要因に係るデータが示されている。ちなみに、小・中学校の不登校児童生徒数の推移を見ると、増加傾向にあることが分かる（図2：棒グラフは児童生徒数を、折れ線グラフは割合（不登校児童生徒数／全生徒数×100）を示す）。

すでに触れたように2018年度の小・中学校での不登校児童生徒数は164,528人（前年度144,031人）と過

去最多であり、全生徒に占める割合は、1.7%（小学生は0.7%、中学生は3.6%）と小・中学生の不登校児童生徒数及び小・中学生の在籍者数に占める割合でも過去最高の値を示している。

なお、不登校児童生徒の内、「90日以上欠席している者」は、小学生20,047人（44.7%）、中学生75,588人（63.2%）、全体では95,635人（58.1%）（カッコ内は不登校児童に占める割合：以下同様）。「出席日数が10日以下の者」は、小学生3,156人（7.0%）、中学生15,496人（12.9%）、全体では18,652人（11.3%）。「出席日数が0の者」は、小学生1,159人（2.6%）、中学生4,867人（4.1%）、全体では6,026人（3.7%）である。筆者は、「出席日数が10日以下の者」の数もさることながら、「出席日数が0の者」が5,234人も存在しており、その多さに改めて驚愕せざるをえない。

2008～2018年度の小・中学生における不登校に係る要因の推移を表1にまとめた。各要因は、それぞれ「学校に係る要因」「家庭に係る要因」「本人に係る要因」の3つに分類されている。

数値は、不登校児童に占める割合（例えば、小学生でのいじめの場合、いじめによる不登校児童生徒数÷小学生での全不登校児童数）である。また、項目が文部科学省より加筆や整理された場合、文言も一部修正し、全体を統一して表記した。表の空欄はその時点で項目自体が無かったことを示す。「その他」「不明」のデータは省略した。回答は重複回答が可能なため、全体が100%とならない点にも留意されたい。

なお、本論文が注目する家庭に係る要因では、2014年度までは「家庭の生活環境の急激な変化」「親子関

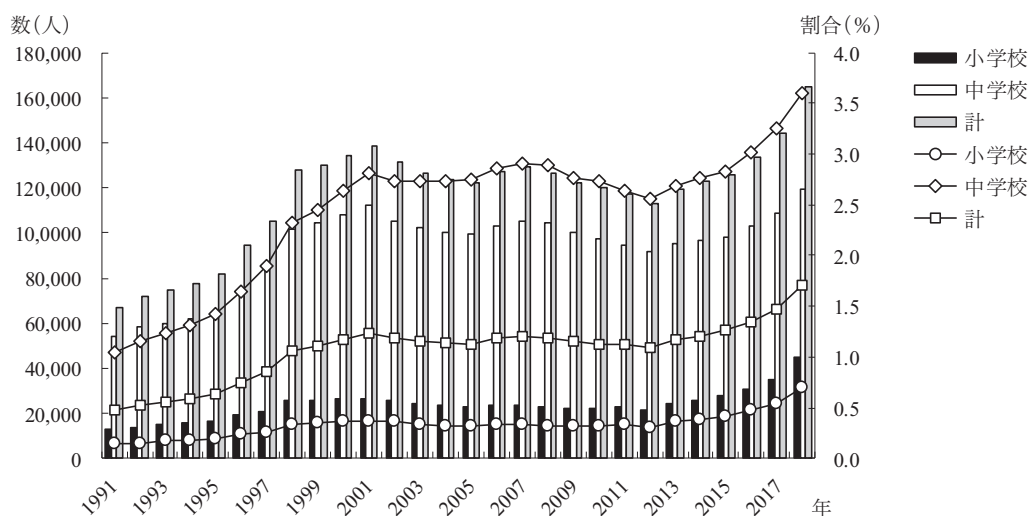


図2 不登校児童生徒数の推移

若者の精神保健の動向とその対応(3)

表1 小・中学生における不登校に係る要因の出現頻度の推移(%)

要 因	年 度											平 均
小学生	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	
いじめ	2.2	2.1	1.9	1.6	1.9	1.7	1.2	0.7	0.6	0.7	0.8	1.4
いじめを除く友人関係をめぐる問題	12.1	11.8	10.8	10.1	11.0	11.2	11.2	20.5	18.4	18.9	21.7	14.3
教職員との関係をめぐる問題	2.9	3.2	3.3	3.3	3.3	3.7	3.3	4.5	4.1	4.0	4.5	3.6
学業の不振	6.5	6.9	0.4	0.5	0.5	0.4	0.5	1.0	1.1	1.0	15.2	3.1
進路にかかる不安			6.6	7.5	7.6	7.1	7.1	14.0	13.7	14.0	1.1	8.7
クラブ活動、部活動等への不適応	0.3	0.3	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2
学校のきまり等をめぐる問題	0.8	0.9	0.7	0.7	0.7	0.6	0.6	2.3	2.1	2.0	2.6	1.3
入学、転編入学、進級時の不適応	3.3	3.2	2.7	2.6	2.2	2.3	2.2	5.3	4.1	3.9	4.5	3.3
学校に係る要因(小 計)	28.1	28.5	26.2	25.8	26.8	26.8	26.3	48.6	44.4	44.7	50.6	
家庭の生活環境の急激な変化	10.3	10.6	9.9	10.2	9.6	9.6	9.2					9.9
親子関係をめぐる問題	18.8	19.3	19.1	19.8	20.2	19.1	19.1					19.3
家庭内の不和	6.0	6.4	5.6	5.3	5.0	4.8	4.8					5.4
家庭に係る状況								57.7	52.1	54.1	55.5	54.9
家庭に係る要因(小 計)	35.1	36.3	34.6	35.3	34.7	33.4	33.1	57.7	52.1	54.1	55.5	
「学校における人間関係」に課題を抱えている								14.0	12.9	12.6	14.0	13.4
病気による欠席	8.9	8.8	10.2	10.1	9.3	9.6	9.2					9.5
あそび・非行			1.2	1.3	1.3	1.1	0.9	1.3	0.9	0.8	1.1	1.1
無気力			20.4	22.4	23.8	23.0	23.0	28.6	28.2	27.7	26.6	24.9
不安など情緒的混乱			30.2	33.4	33.2	35.3	36.1	33.7	33.3	36.8	35.9	34.2
意図的な拒否			4.9	4.9	4.6	4.9	5.8					5.0
上記のいずれにも該当しない			7.9	5.9	5.9	5.3	5.3					6.1
その他本人に関わる問題	42.1	44.0						22.5	24.8	22.1	22.4	29.7
本人に係る要因(小 計)	51.0	52.9	74.8	78.1	78.1	79.2	80.3	100.1	100.1	100.0	100.0	
中学生												
いじめ	3.1	2.7	2.3	2.1	2.1	1.6	1.1	0.5	0.5	0.4	0.6	1.6
いじめを除く友人関係をめぐる問題	19.9	19.1	16.2	15.8	15.7	15.9	15.4	28.0	27.2	28.2	30.1	20.1
教職員との関係をめぐる問題	1.5	1.6	1.6	1.5	1.5	1.6	1.6	2.2	0.0	2.2	2.5	1.5
学業の不振	10.9	11.0	1.2	1.3	1.5	1.5	1.7	4.8	5.0	4.9	24.0	4.4
進路にかかる不安			8.7	8.9	9.5	9.2	9.3	21.4	21.4	21.8	5.3	13.8
クラブ活動、部活動等への不適応	2.5	2.5	2.3	2.2	2.2	2.1	2.2	2.9	2.9	2.7	2.7	2.4
学校のきまり等をめぐる問題	4.5	4.8	2.8	2.4	2.2	2.0	1.8	5.0	4.1	3.5	3.4	3.3
入学、転編入学、進級時の不適応	3.9	3.8	2.8	2.8	2.8	2.9	2.9	7.4	6.7	7.0	7.7	4.3
学校に係る要因(小 計)	46.3	45.5	36.7	35.5	36.0	35.3	34.9	71.7	67.3	70.3	76.3	
家庭の生活環境の急激な変化	5.3	5.2	4.7	4.9	4.7	4.5	4.6					4.8
親子関係をめぐる問題	9.4	9.6	8.7	8.7	8.9	8.8	8.8					9.0
家庭内の不和	4.4	4.5	3.7	3.6	3.8	3.6	3.6					3.9
家庭に係る状況								32.0	28.9	30.8	30.9	30.7
家庭に係る要因(小 計)	19.1	19.4	17.2	17.2	17.4	16.9	17.0	32.0	28.9	30.8	30.9	
「学校における人間関係」に課題を抱えている								18.1	17.9	17.7	18.7	18.1
病気による欠席	7.0	6.6	7.4	7.7	7.3	7.5	7.8					7.3
あそび・非行			11.0	11.6	11.4	10.3	8.4	7.6	6.0	4.9	3.9	8.3
無気力			21.8	24.9	26.4	26.2	26.7	30.6	30.7	30.6	30.0	27.5
不安など情緒的混乱			21.9	24.9	25.1	26.2	28.1	29.7	30.4	32.1	32.4	27.9
意図的な拒否			4.4	4.8	4.7	4.8	4.9					4.7
上記のいずれにも該当しない			6.7	5.4	5.1	4.9	4.9					5.4
その他本人に関わる問題	41.0	43.0						14.0	14.9	14.6	15.0	23.7
本人に係る要因(小 計)	47.9	49.5	73.2	79.3	79.9	79.9	80.8	100.0	99.9	99.9	100.0	

文部科学省「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」より作成

係をめぐる問題」「家庭内の不和」「家庭に係る状況」という項目でデータが取られていたが、2015年度からは、それらを含めて「家庭に係る状況」としてデータが集約されている。

さらに、2015～2018年度の調査から「学校における人間関係」に課題を抱えているや「病気による欠席」などの「本人に係る要因」について、「不登校」と回答した児童生徒全員につき、主たる要因一つを「学校に係る要因」及び「家庭に係る要因」から選択する方式に変更されている（複数の要因を挙げることも可としている）。

そのため、「本人に係る要因」の小計が100%となる。

まず、小学生での要因では、「家庭に係る要因」内の「家庭に係る状況」が54.9%と最も平均値が高く、「本人に係る要因」内の「不安など情緒的混乱」34.2%、「その他本人に関わる問題」29.7%、「無気力」24.9%と続く。「学校に係る要因」では、「いじめを除く友人関係をめぐる問題」が14.3%で最も高いが、それ以外の要因は、いずれも二桁に達していない。

年度毎の小計（2015～2018年度を除く）では、「本

表2 高校生における不登校に係る要因の出現頻度の推移 (%)

要 因	年 度											平 均
	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	
いじめ	0.8	0.7	0.5	0.5	0.5	0.3	0.1	0.1	0.2	0.4	0.5	0.4
いじめを除く友人関係をめぐる問題	12.9	11.7	8.9	8.8	8.4	8.7	8.3	11.2	15.3	17.0	19.8	11.9
教職員との関係をめぐる問題	0.7	0.7	0.7	0.7	0.6	0.6	0.5	0.6	1.1	1.1	1.3	0.8
学業の不振	14.4	13.2	8.6	8.0	8.3	7.5	7.7	20.5	18.1	19.0	16.1	12.9
進路にかかる不安	5.2	5.2	3.8	3.7	3.3	3.5	3.5	5.8	8.5	8.9	10.2	5.6
クラブ活動、部活動等への不適応	1.9	1.8	1.4	1.3	1.4	1.4	1.3	0.3	1.8	1.8	2.1	1.5
学校のきまり等をめぐる問題	4.2	4.0	2.7	2.2	2.3	2.0	1.6	3.8	3.8	3.8	4.5	3.2
入学、転編入学、進級時の不適応	9.1	8.9	5.8	5.2	5.3	5.1	5.4	14.8	12.9	13.5	13.1	9.0
学校に係る要因 (小 計)	49.2	46.1	32.4	30.5	30.1	29.1	28.4	57.1	61.7	65.5	67.6	
家庭の生活環境の急激な変化	3.7	3.8	3.3	3.1	2.9	2.9	2.8					3.2
親子関係をめぐる問題	5.6	5.6	5.2	4.9	5.2	4.7	5.0					5.2
家庭内の不和	2.8	3.2	2.6	4.9	2.2	2.2	2.3					2.9
家庭に係る状況								17.2	14.9	15.6	15.0	15.7
家庭に係る要因 (小 計)	12.1	12.7	11.1	12.9	10.3	9.8	10.1	17.2	14.9	15.6	15.0	
「学校における人間関係」に課題を抱えている								16.1	16.8	17.4	18.7	17.3
病気による欠席	7.2	7.9	7.7	7.5	7.4	7.8	7.7					7.6
あそび・非行			11.0	12.5	13.4	12.3	10.4	8.8	7.8	8.0	7.1	10.2
無気力			24.1	27.1	30.1	30.3	30.9	35.7	33.4	31.9	31.7	30.6
不安など情緒的混乱			16.3	16.7	16.2	16.5	18.0	25.2	25.8	27.0	25.9	20.2
意図的な拒否			4.9	5.3	5.0	5.1	5.6					5.2
上記のいずれにも該当しない			6.2	4.9	3.7	4.2	4.4					4.7
その他本人に関わる問題	35.6	38.1						14.1	16.3	15.7	16.6	22.7
本人に係る要因 (小 計)	42.8	45.9	70.2	74.0	75.8	76.2	77.0	99.9	100.1	100.0	100.0	

文部科学省 「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」より作成

人に係る要因」がいずれも51.0～80.3%の高い値を示し、「家庭に係る要因」の2015～2017年度の52.1～57.7%がそれに続く。「学校に係る要因」は、やはり2015～2017年度で44.4～48.6%を示しているが、概して「本人に係る要因」や「家庭に係る要因」より値が低い。

次に、中学生での要因では、小学生と同様「家庭に係る要因」内の「家庭に係る状況」が30.7%と最も平均値が高く、「本人に係る要因」内の「不安など情緒的混乱」27.9%、「無気力」27.5%、「その他本人に関わる問題」23.7%と続く。

「学校に係る要因」では、小学生同様、「いじめを除く友人関係をめぐる問題」が20.1%で最も高く、「進路に係る不安」13.8%がそれに続く。

年度毎の要因の小計（2015～2018年度を除く）でも、小学生と同様「本人に係る要因」がいずれも47.9～80.8%を示し、「家庭に係る要因」の2015～2017年度の52.1～57.7%がそれに続く。しかし、小学生と異なり、「本人に係る要因」に続くのは、「家庭に係る要因」ではなく、「学校に係る要因」で2015～2017年の67.3～71.7%である。

このように小学生と中学生では、「家庭に係る状況」が54.9%、30.7%と要因としての値が最も高く、「不安などの情緒的混乱」が34.2%、27.9%とそれに続き、さらに「その他本人に関わる問題」、「無気力」の順となる。いずれも「家庭に係る要因」と「本人に係る要

因」が大きな影響を与えていることを示唆している。

それに対し、「学校に係る要因」は、「いじめを除く友人関係をめぐる問題」が14.3%、20.1%が目立つ程度で、その影響は、「家庭に係る要因」と「本人に係る要因」よりも少ないことが分かる。

高校生における不登校に係る要因の推移も表2にまとめた。データの処理は、小・中学生の場合と同様である。高校生の要因では、「本人に係る要因」内の「無気力」30.6%が最も高く、「その他本人に関わる問題」22.7%、「不安など情緒的混乱」20.2%、「学校における人間関係」に課題を抱えている」17.3%と続く。「学校に係る要因」では、「学業の不振」12.9%、「いじめを除く友人関係をめぐる問題」11.9%の順である。また、「家庭に係る要因」では、「家庭に係る状況」15.7%が二桁を示している。

年度毎の要因の小計（2015～2018年度を除く）では、「本人に係る要因」がいずれも42.8～77.0%を示し、中学生と同様、「学校に係る要因」が28.4～67.6%がそれに続く。「家庭に係る要因」は、9.8～17.2%と他の2つの要因に比べると値が低い。

高校生では、小・中学生とは異なり、「家庭に係る要因」は、「家庭に係る状況」15.7%以外の要因は前景を占めることなく、「無気力」30.6%が最も高く、「その他本人に関わる問題」22.7%、「不安など情緒的混乱」20.2%など、「本人に係る要因」が前景を占めるようになる。「学校に係る要因」がそれに続くが、

表3 「本人に係る要因」への「学校に係る状要因」あるいは「家庭に係る要因」の関与度(%)

		学校に係る要因								家庭に係る 要因	左記に該当 なし
		いじめ	いじめを除く 友人関係をめ ぐる問題	教職員との 関係をめぐる 問題	学業の不振	進路に係る 不安	クラブ活動、 部活動等への 不適応	学校のきま り等をめぐる 問題	入学、転編 入学、進級 時の不適応		
小学生	2015年	0.7	20.5	4.5	14.0	1.0	0.3	2.3	5.3	57.7	
	2016年	0.6	18.4	4.1	13.7	1.1	0.3	2.1	4.1	52.1	18.6
	2017年	0.7	18.9	4.0	14.0	1.0	0.2	2.0	3.9	54.1	16.6
	2018年	0.8	21.7	4.5	15.2	1.1	0.2	2.6	4.5	55.5	13.7
	平均	0.7	19.9	4.3	14.2	1.1	0.3	2.3	4.5	54.9	16.3
中学生	2015年	0.5	28.0	2.2	21.4	4.8	2.9	5.0	7.4	32.0	
	2016年	0.5	27.2	2.3	21.4	5.0	2.9	4.1	6.7	28.9	19.7
	2017年	0.4	28.2	2.2	21.8	4.9	2.7	3.5	7.0	30.8	15.8
	2018年	0.6	30.1	2.5	24.0	5.3	2.7	3.4	7.7	30.9	13.4
	平均	0.5	28.4	2.3	22.2	5.0	2.8	4.0	7.2	30.7	16.3
高校生	2015年	0.2	18.0	1.4	21.0	9.9	2.4	4.9	16.2	16.9	
	2016年	0.3	17.4	1.3	18.3	9.9	2.2	4.2	13.1	14.5	26.1
	2017年	0.4	19.0	1.2	20.1	10.2	2.4	4.3	13.4	15.4	22.5
	2018年	0.5	19.8	1.3	18.4	10.2	2.1	4.5	13.1	15.0	24.8
	平均	0.4	18.6	1.3	19.5	10.1	2.3	4.5	14.0	15.5	24.5

文部科学省「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」より作成

「学業の不振」「いじめを除く友人関係をめぐる問題」が目を引く程度である。

小・中学生の不登校の要因としては、「学校に係る要因」は「家庭に係る要因」及び「本人に係る要因」に比べるとその影響は小さいことが見て取れる。高校生も小・中学生ほどではないが、同様のことが言えよう。

そして、「本人に係る要因」の「不安などの情緒的混乱」、「その他本人に関わる問題」、「無気力」などは、生まれつきによるものではなく、これまで強調してきたように、親と一緒に生活するという環境面からの影響として考えられる。親子関係や生育環境によりこうした面が育まれ（強化され）、結果として「不安などの情緒的混乱」、「その他本人に関わる問題」、「無気力」などと表現される。これらの参考事例としては、既に井上靖と夏苺郁子の例を挙げ、井上もおかのお婆さんと生活する中で、両親とは似ても似つかぬ自分を自分の内に見出すとして浪費癖と射幸心を、また、物事に諦めがよく、かなり大きな失敗にもさして神経を使わぬ楽天的なところを挙げている（中藤、2018）。

ところで、先にも触れたが、「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」では、2015～2018年度の調査で表1及び2の「学校における人間関係」に課題を抱えているや「病気による欠席」などの「本人に係る要因」について、「不登校」と回答した児童生徒全員につき、主たる要因一つを「学校に係る要因」及び「家庭に係る要因」から選択している。

「家庭に係る要因」の「家庭に係る状況」とは、家

庭の生活環境の急激な変化、親子関係をめぐる問題、家庭内の不和などとされている。その結果、「本人に係る要因」とそれに関わる「学校に係る要因」及び「家庭に係る要因」の関係（ここでは関与度とする）がより明瞭になっている。

本論文では、「本人に係る要因」それぞれの項目への関与度にも関心はあるが、それよりも「学校に係る要因」及び「家庭に係る要因」の関与度に着目しているため、それぞれの項目を一括して各年度として表記し、両者の関与度を表3に示す。表中、2015年度に「左記に該当なし」のデータが示されていないが、その項目自体2015年度にはないためである。

各年度で、「学校に係る要因」、「家庭に係る要因」の平均値を出しているが、いずれも平均値から大きく逸脱することはない。すなわち、経年変化はほとんどないことが示唆される。

そして、「学校に係る要因」では、「いじめを除く友人関係をめぐる問題」の平均値が小・中・高校生で19.9%、28.4%、18.6%と、小学生と中学生では最も値が高い。次いで、「学業の不振」が、14.2%、22.2%、19.5%と続き、高校生では最も値が高い。その他の項目では高校生の「入学、転編入学、進級時の不適応」14.0%、「進路に係る不安」10.1%が目立つ程度で、それ以外は2桁に達していない。

それに対して、「家庭に係る要因」は、小学生54.9%、中学生30.7%と表3の中で最も高い値を示し、高校生では15.5%を示している。

筆者は、人格の確立やそれに関わるこころの病における親子関係や生育環境などの初期経験の大切さをこ

れまでも強調してきた。特に親（母）子関係は、エリクソン（E. H. Erikson）の言う「基本的信頼」にあたり、臨床の間では「安心（全）の基地（盤）」と称され、人格の基礎と考えられる。もちろん、親（母）子関係といっても実のそれだけでなくとも構わない。その子のことを心から慈しむ、心にかける、心配する人の存在が重要なのであり、その大切さは上述の井上靖の例が示す通りである。

この調査での「家庭に係る要因」における「家庭の生活環境の急激な変化」「親子関係をめぐる問題」「家庭内の不和等」などとされる内容の詳細は不明だが、筆者が強調してきた親子関係や生育環境などの負の側面に相当する事態と考えられる。すなわち、そうした事態のもとで育つ子どもは、人格の基礎の確立がおろそかになったり、脅かされるものと推測される。

就学以前の幼少期において人格のベーシックな部分が適切に、もしくは確かに形成されていれば、たとえば家庭とは異なる環境下（例えば、学校など）に置かれても、そうした場で生じる葛藤や不安に対してほどほどの適応が可能であるが、そうでなければ事態は深刻になる。それが不登校やいじめなどという形で顕在化するのである。

表3の結果では、小学生・中学生では、まさにそうした「家庭に係る要因」そのものが大きく関与していることを示している。高校生では、本来確立されているべき人格の基礎が確立されていないことが「いじめを除く友人関係をめぐる問題」や「学業の不振」などをきっかけに顕在化したと考えられる。

「いじめを除く友人関係をめぐる問題」や「学業の不振」などは、小・中学生や高校生ともなれば、誰もが直面する事態である。例えば、友人関係でもその様相は多様であり、全ての友人関係が友好関係にあるわけではない、反目したり、競い合ったり、様々である。そうした中で、その人なりのあり方で友人関係を結ぶのである。通常は、仲良くしたり、適当にやり過ぎたり、敵対したり、などほどほどの関係を結ぶのである。ところが、そのほどほどの関係を結べないのである。不登校やいじめの子どもだと考えられる。

親子関係や生育環境への働きかけ

それでは、こうした事態を回避するための対応としてはどのようなことが考えられるのだろうか。冒頭でも述べたように、こうした親子関係や生育環境の影響を直接に、また縦断的に検討することは極めて困難である。そして、それらの対応も即効的に、あるいは直

接的に効くものは無いものと思われる。

しかし、だからといって参考になるものが無いわけではない。例えば、親子関係、とりわけ母子関係を適切に育むために「手遊びなどを通してコミュニケーションやスキンシップに努力している」「子どもの生活リズムを安定させている」「叱るべき時にはきちんと叱るなど、躰けにメリハリがある」、さらに「散歩などで子どもの身体を動かし、発散させる」などは、当たり前のことだが効果が期待できる。

筆者は、国立療養所（現国立病院機構）鈴鹿病院で1984年7月から1993年9月まで、心身に障害をもった子どもとその母親を対象に、小児科医、保育士などとチームを組み、各職種の特徴を生かして、彼らをより良い方向に援助する目的で短期母子療育事業（中野ら、1989）を行ってきたが、上述の諸点は心身に障害をもった子どもとその母親からも観察され、それらの効果が充分認められた（中藤、1994）。

但し、心身に障害をもった子どもとその母親の相互作用は子どもから母親へ働きかける力は弱いので、健全な子どもに対するのと全く同じでは、その効果は余り期待できない。すなわち、子どもからの反応が弱い分、母親からの働きかけ・接し方を強める（強化）する必要がある。そのため、健全な子どもよりも回数を増やす、声の調子を変える、タイミングを図るなどの工夫が必要である。しかし、子どもへの関わり方・接し方は、基本的には健全な子どもに対するのと同じである。

また、父母の方から積極的にその子を好きだとか、大切に思っていることが分かるようにすることも助言した。形から入っていくのである。具体的には、

- 1）おんぶをやめ前から抱いて、目と目を合わせる。
- 2）笑う時には一緒に大きく笑う（笑い合う）。

などの指導を行った。そして、それを実際に学ぶ場面として療育センターなどを紹介した。こうした父母の方からの働きかけによって、子どもからも健全な子どもと比べると弱いながらも反応が返ってくることが期待される。

これらは、当たり前のことのように思えるが、親（母）子関係に重要な働きをするアイコンタクトや笑うという情緒面に対しての働きかけであり、他者（母親や家族）との共感を促す、という点でも効果的である。この情緒面への働きかけは、障害をもった子どもの父母への助言であるが、健全な子どもとその父母にも充分その効果が期待できるだろう。

ところで、最近はスマートフォンの普及で大半の人がそれに見入っている。それは乳幼児を育てる父母にも当てはまる。スマートフォンや SNS などは大変便利で、容易に必要な情報を得る、コミュニケーションを取るなど、人々の生活に快適さをもたらす「正の側面」を持つ。但し、こうした光が濃ければ、それによる影も濃いものとなる。すなわち「負の影響」も甚大となることが予想される。

「スマホに子守をさせないで！」(2013年～)は、日本小児科医会がこうしたメディア環境下にある親子に対しての啓発資料(ポスター・リーフレット)の一つであり(日本小児科医会、2019)、現在は日本産婦人科医会との連名のポスターとなっている。

そこでは、具体的な情報提供として「赤ちゃんを目と目を合わせ、語りかけることで赤ちゃんの安心感と親子の愛着が育まれます」「親子が同じものに向き合って過ごす絵本の読み聞かせは、親子が共に育つ大切な時間です」「散歩や外遊びなどで親と一緒に過ごすことは子どもの体力・運動能力そして五感や共感力を育みます」を挙げ、注意喚起として「ムズかる赤ちゃんに子育てアプリの画面で応えることは、赤ちゃんの育ちをゆがめる可能性があります」「親も子どももメディア機器接触時間のコントロールが大事です。親子の会話や体験を共有する時間が奪われてしまいます」「親がスマホに夢中で、赤ちゃんの興味・関心を無視しています。赤ちゃんの安全に気配りができていません」を挙げている。

こうした資料の根拠として、例えば、「メディアの総接触時間は2時間以内(目安)」では、「一日は24時間です。子どもの生活時間の中で、睡眠時間、食事の時間、園や学校で過ごす時間、友達とのおしゃべりや遊ぶ時間などをひくと2時間が限度であろう」「学力との関係で、平日1時間以内と4時間以上ではどの教科もきちんとメディア接触時間をコントロールしている子どもの方が有意に得点が高いという結果も出されています」とし、「子どもの年齢がいくつなのか、どのような生活をしているのか、そのときの社会状況(オリンピックの中継やサッカーの世界大会などが行われていれば2時間以内は守れないかも知れませんがそれはそれでいいのです)。基本的に「2時間以内」を「目安」として生活の中に取り入れて欲しい、などとしている。

筆者が行ってきた短期母子療育事業の助言・指導とも重なる内容であり、小児科及び産婦人科の現場から

の大切な啓発資料である。

さらに、文部科学省委託研究「平成25年度全国学力・学習状況調査(きめ細かい調査)の結果を活用した学力に影響を与える要因分析に関する調査」の結果(耳塚、2014)も大いに参考となる。

耳塚は、家庭状況と学力との関係についてのデータを分析し、家庭の社会経済的背景(SES)が高い児童の方が、各教科の平均正答率が高い傾向が見られる、との結果を導いた。社会経済的背景(SES)とは、家庭所得、父親学歴、母親学歴の三つの変数を合成した指標とのことである。

社会経済的背景を4等分し、Highest SES、Upper middle SES、Lower middle SES、Lowest SESに分割して分析したところ、社会経済的背景と各教科の平均正答率との間には見事なまでに強い相関が認められ、さらに驚くべきことは、社会的経済的背景がLowest SESの児童が「3時間以上」勉強して獲得する学力の平均正答率は、Highest SESの「全くしない」児童よりもその値が低いことであった。すなわち、Lowest SESの児童が少なくとも「3時間以上」勉強しても、その効果は限定的で、3時間未満の勉強時間の児童よりも確かに成績はよいが、社会経済的背景の効果には及ばない、ということを示すものである(中藤、2015)。

しかし、その調査では同時に、家庭の社会経済的背景(SES)が低いからといって、必ずしも全ての子どもの学力が低いわけではないとして、そうした子どもの特徴を挙げたり、不利な環境においても成果を上げている学校の取組を例示している。

また、保護者の行動や考え方と、子どもの学力が高い関係が見られるものとして、「子どもへの接し方」「子どもの教育に対する考え方」「学校との関わり」「教育投資」についていくつかの点を挙げている。ここでは、「子どもへの接し方」についてのものを示す(同調査結果より引用)。なお、以下の諸点は、家庭の社会経済的背景(SES)の影響を取り除いても学力との関係が見られる、としている。

- ・生活習慣に関する働きかけ(毎日決まった時間に寝る/起きるようにしている、毎日朝食を食べさせている、テレビゲームで遊ぶ時間を限定している、携帯電話等の使い方に関するルールや約束を作っている(または、テレビゲームや携帯電話等を持たせていない))
- ・読書に関する働きかけ(本や新聞を読むようにすすめている、読んだ本の感想を話し合ったりして

いる、小さい頃に絵本の読み聞かせをした)

- ・学習に関する働きかけ (子どもの勉強を普段みている、計画的に勉強するように促している、子どもが英語や外国の文化に触れるよう意識している)
- ・文化・芸術・自然体験活動に関する働きかけ (子どもと一緒に「博物館や科学館」「図書館」「美術館や劇場」に行く)
- ・子どもとのコミュニケーション (子どもと「学校での出来事」「勉強や成績」「将来や進路」「友達のこと」「社会の出来事やニュース」について話をする)

これらは、同じ調査内で、Lowest SES ではあるが、学力が高い子どもたちに認められる特徴でもある。

以上に挙げた筆者の短期母子療育事業で得られた知見や、日本小児科医学会や日本産婦人科医学会の啓発資料 (ポスター・リーフレット)、耳塚の家庭状況と学力との関係についてのデータなどによる結果は、いずれもそれなりの根拠が示され、信頼性が高い。

こうした諸結果を参考にして家族関係や生育環境に意を注ぐことが肝要だと考える。全てを完璧に行う必要もない。小児科医学会の「メディアの総接触時間は2時間以内 (目安)」にあるように、「子どもの年齢がいくつなのか、どのような生活をしているのか、そのときの社会状況 (オリンピックの中継やサッカーの世界大会などが行われていれば2時間以内は守れないかも知れませんがそれはそれでいいのです)。基本的に「2時間以内」を「目安」として生活の中に取り入れて欲しい」、といった柔軟な考え方が大切である。

上記の諸点は、本来強く意識することなく、自然に行えるとよいのだが、全ての人がそれらをできるわけではない。しかし、先の言葉を引用すれば、それらを「目安」として生活の中に取り入れて欲しいと考える。

注

* 愛知県立大学教育福祉学部教授

文献

- 1) 中藤淳：2004 愛知県立大学における精神保健の現状と課題(2)―健康調査カード (UPI) による新入生のデータ―、愛知県立大学文学部論集、第53号、pp. 129-148.
- 2) 中藤淳：2005 愛知県立大学における精神保健の現状

と課題(3)―健康調査カード (UPI) による在学生のデータ―、愛知県立大学文学部論集、第54号、pp. 77-98.

- 3) 中藤淳：2011 現代の若者の精神保健の動向(1)―精神保健上の変化について―、愛知県立大学教育福祉学部論集、第60号、pp. 35-46.
- 4) 中藤淳：2012 現代の若者の精神保健の動向(2)―精神保健上の変化の要因について―、愛知県立大学教育福祉学部論集、第61号、pp. 91-100.
- 5) 中藤淳：2013 現代の若者の精神保健の動向(3)―収入や雇用、就職との関係について―、愛知県立大学教育福祉学部論集、第62号、pp. 99-107.
- 6) 中藤淳：2014 現代の若者の精神保健の動向(4)―結婚との関係について―、愛知県立大学教育福祉学部論集、第63号、pp. 51-60.
- 7) 中藤淳：2015 現代の若者の精神保健の動向(5)―進学との関係について―、愛知県立大学教育福祉学部論集、第64号、pp. 87-99.
- 8) 中藤淳：2016 現代の若者の精神保健の動向(6)―これまでの結果から―、愛知県立大学教育福祉学部論集、第65号、pp. 23-35.
- 9) 中藤淳：2017 若者の精神保健の動向とその対応(1)―労働環境について―、愛知県立大学教育福祉学部論集、第66号、pp. 75-84.
- 10) 中藤淳：2018 若者の精神保健の動向とその対応(2)―心理的側面について―、愛知県立大学教育福祉学部論集、第67号、pp. 21-29.
- 12) 内閣府 国民生活に関する世論調査 2019年8月30日 <https://survey.gov-online.go.jp/index.html>
- 13) 井上靖：1976 幼き日のこと・青春放浪、新潮文庫
- 14) 夏莉郁子：2016 子どもの虐待とネグレクト、第18巻第1号、pp. 58-63.
- 15) 文部科学省 平成29年度の児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果 http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/30/10/1410392.htm
- 16) 文部科学省 平成30年度の児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果 http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/31/10/1422020.htm
- 17) 中野千鶴子、他：1989 発達障害児と家族への援助について―鈴鹿病院短期母子療育事業における調査成績―、小児保健研究、Vol. 48, No. 6, pp. 673-678.
- 18) 公益社団法人 日本小児科医学会 「スマホに子守をさせないで！」(2013年～) <https://www.jpa-web.org/about.html>
- 19) 耳塚寛明：2014 文部科学省委託研究「平成25年度全国学力・学習状況調査 (きめ細かい調査) の結果を活用した学力に影響を与える要因分析に関する調査研究」