

## 本邦における幼児期のストレス研究に関する文献的検討

田 中 依 里  
岩 元 澄 子

### 要 約

本稿では、幼児期のストレス関連問題の予防と治療・援助に寄与できる研究の方向性への示唆を得るため、Lazarus & Folkman (1984) による「心理的ストレスモデル」を準拠枠として用い、本邦における幼児期のストレス研究を概観した。

その結果、この研究領域は1994年の嘉数らの報告に端を発する、比較的新しい領域であることが分かった。そしてこれらの研究から、①幼児期にも日常的なストレッサーが存在すること、②幼児においては、コーピングとストレス反応とを明確に区別することが困難であること、③幼児のストレス反応は、幼児期特有の反応を捉え得る尺度の精錬が必要であること、④ストレス媒介要因としては、幼児の個人内要因に加え、周囲の環境要因との関連の検討も必要であること、さらに⑤幼児のストレスについて捉える際には、自己評定と他者評定におけるそれぞれの課題を踏まえた方法論が必要であること、などが考えられた。

キーワード：幼児、ストレス、ストレッサー、コーピング、ストレス反応、ストレス媒介要因

### はじめに

近年、幼児を取り巻く環境も様々に変化しており、その影響からか、幼児も、ストレスによって引き起こされたのではないかと考えられる行動や症状を示し始めていることが指摘されている。保育の現場からは、尾木 (1999) が行った、保育士を対象としたアンケート調査において、この3～5年間における幼児の様子の変化として、「急に泣き出し、パニックを起こす」、「みんなでやることを苦にする」、「いきなり友達をたたく」などの変化が見られることが報告されている。これらは、ストレスを感じている幼児が示す行動特徴 (野崎, 1997; 小花和1999b) と共通する特徴である。また、沖ら (2001) は、全国565の小児科外来と全国1224の小中高校を対象に調査を行っている。これによると、3～5歳の幼児では、小児科外来を受診した5022人のうち約1.3%に「心の健康問題」が認められる。また小学校1～2年生の低学年の児童では、小児科外来を受診した2090人のうち約2.8%、小学校の保

健室に来室した4579人のうち約11%に「心の健康問題」があるとされる。この調査では、幼稚園や保育所などは対象とされていないが、小学校低学年で示された割合から推測すると、小児科受診に至らないまでも、「心の健康問題」を抱えた幼児が数%はみられるものと思われる。また小國 (2000) は、5歳児の喘息の増加から、幼児期の心身症も増えている可能性が考えられると述べている。

このような報告から、近年、幼児期におけるストレスに関する研究の必要性が指摘されている (小花和, 1999b)。しかしながら、本邦における研究がどのように展開されているのか、その動向を明らかにした報告は今までのところまだない。

ところで、ストレスは元来は物理学用語であるが、生理学者の Selye. H が医学分野において初めてこの言葉を使用したのは1936年のことである。Selye は、生体が環境への適応や生命維持のために営む動的な平衡状態 (ホメオステシス) のひずんだ状態を指してストレスといい、ストレッサーとなる過剰な心身の負

荷による身体のひずみを脳下垂体系の機能の異常から説明した。この他にも生理学的なストレスの病態として大脳辺縁系の機能異常を唱える説などがある。

これに対し、Lazarus & Folkman (1984) は、「transactional model」(これについてはいくつかの邦訳がなされているが、本稿では、その中の「心理的ストレスモデル」という訳語を用い、以下を記す)を提唱した。これにおいて彼らは、ストレスを刺激状況、反応そのもの及びその両方に関わる様々の媒介過程を含む全体的な相互作用の過程として捉え、さらに、その出来事を個人がどう受け止め、評価し、対処するかという要因を重視し、ストレスに対する認知的評価やコーピングといった心理的活動を取り入れている。このモデルによると、日常に潜む様々な刺激はそれ自体が個人にとって有害なのではなく、受け手の認知的評価によって、その刺激がストレッサーか否かが決定される。また、この認知的評価は、その刺激や出来事が個人にとってどの程度脅威であるかを判断する一次的評価と、刺激場面に対する対処法や対処が可能か否かなどについて判断を行う二次的評価に分けられる。一次的評価の過程で、受け手にとって脅威であると判断された刺激は、ストレッサーとして個人に怒りや不機嫌などのようなネガティブな情動反応を引き起こし、次に受け手は二次的評価を基に、そのようなネガティブな情動反応を低減するための様々な試みであるコーピングを行う。そしてコーピングがうまく機能するとネガティブな情動反応は軽減されるが、コーピングがうまく機能しなかった場合には、ネガティブな情動反応が慢性的に持続し、心理面、行動面、身体面において、自信喪失や無気力、引きこもり、攻撃行動、過度の筋緊張などのストレス反応が引き起こされ、その状態が更に持続すれば、神経症や心身症のような障害を呈することもあると考えられている。

これらのことから、ストレッサーの生起から心身の疾患に至るまでに個人差等の要因も考慮した Lazarus & Folkman の理論は、ストレス関連問題の予防や治療などの心理臨床実践に繋がる多くの示唆をもたらすものであると考えられる。そして児童期以降、特に成人を中心として、「心理的ストレスモデル」を基に様々なストレス研究が行われている(坂野ら、1995)。

以上のことから、本稿では、幼児期のストレス関連問題の予防と治療・援助に寄与できる研究の方向性への示唆を得るため、「心理的ストレスモデル」を準拠枠として活用し、本邦における幼児期のストレス研究

を概観する。

## 方 法

まず、NICHIGAI/WEB Service (日外アソシエーツ) MAGAZINEPLUS にて“幼児”および“ストレス”をキーワードとして検索を行い、その中で幼児の心理的ストレスについて検討している論文を取り上げた。

次に、各論文に対し、「心理的ストレスモデル」を準拠枠とした「1. ストレッサーに関する研究」、「2. コーピングに関する研究」、「3. ストレス反応に関する研究」、「4. ストレス媒介要因に関する研究」の4領域への分類を試みた。

## 結 果

検索によって抽出された63編の論文のうち、幼児の心理的ストレスについて取り上げている論文は20編であった。「心理的ストレスモデル」を準拠枠として参照できた論文は11編であったが、その中には複数の領域にまたがる研究もあったため、それらについてはそれぞれの領域に重複分類した。その結果、「1. ストレッサーに関する研究」が7編、「2. コーピングに関する研究」が3編、「3. ストレス反応に関する研究」が5編、「4. ストレス媒介要因に関する研究」が6編であった。

また、いずれにも分類されなかった9編については、内容を検討したところ、幼児のストレスへの介入を試みたストレスマネジメント研究として一括できた。ただし、本稿では幼児のストレス研究について概観することを目的とし、ストレスマネジメント研究については取り扱わないこととした。

### 1. ストレッサーに関する研究

幼児期におけるストレッサーに関する研究には、幼稚園におけるストレッサーについて検討した嘉数ら(1994)、堀池ら(1999)、西木場(1999)、高辻(2002)、小林(2003)、家庭でのストレッサーについて検討した小林・加藤(2001)、早期教育について検討した土井ら(1997)があった。

嘉数ら(1994)は、幼児にとって、幼稚園の日常生活場面におけるどのような出来事がストレッサーとなるかを明らかにすることを目的とし、幼稚園教諭53名に自由記述を求めた。そして記述内容を「対友人」、「対成人」、「対きょうだい」、「対自分」、「対幼稚園」、「生活リズム」の6カテゴリーを用いて分類した。結

果として、「対友人」、「対成人」、「対兄弟」、「対自分」、「対幼稚園」がストレッサーとして抽出された。

また堀池ら(1999)も、幼児が幼稚園や保育所の日常生活場面においてどのような出来事にストレスを感じているのかを明らかにすることを目的とし、研究を行った。予備調査において、保育者や保護者を対象に「幼稚園児が園生活でストレスを感じていると思われる出来事」について自由記述方式のアンケートを実施し、得られた回答を「対友だち」「園行事」「給食」「遊び」などのカテゴリーに分類した。そしてその中から抽出した14項目について、幼稚園教諭や保育所の保母に対して、幼児がそれぞれの出来事にどれくらいストレスを感じているか5段階で評定を求めた。因子分析の結果、「保育者の意図」「友だち」「行事」「遊び」の4因子12項目が採用された。この調査で得られた12項目のうち、調査園のスケジュール上ふさわしくないと考えられた1項目を除外した4因子11項目について、年長児を対象に経験度(3段階評定)と嫌悪度(3段階評定)の評定をさせたところ、経験度と嫌悪度を掛け合わせて算出したストレス度は「友だちとケンカする」が最も高く、幼児にとって友人関係のストレッサーが最もストレスを感じる出来事であることが示された。

西木場(1999)は大学生を対象とし、「幼児期の嫌だった思い出」について自由記述方式の調査を行った。その結果、「保育者との関係」、「保育活動」、「いじめ」、「保育行事」などを見出した。そして赤坂(1996)の分類した小児における人生の転機要因(life Change units)として考えられる項目との比較から、幼児期の嫌だった思い出と幼児のストレッサーとなりうるものが関連している可能性を指摘し、幼児期におけるストレスの存在を示唆した。

高辻(2002)は、幼児の日常的な園生活に即したストレス場面を想定しうる内容のストレッサー項目を作成するため、保育場面での参与観察により、幼児の園での友だち関係を中心とする日常的ストレス場面を収集した。そして複数の園の保育者を対象に、収集したストレス場面について、日常の園生活でのそうした場面の頻度と、幼児にとっての不快感の程度の評定(5段階評定)を求めた。その結果、「友達に乱暴される」、「みんなから自分のルール違反を指摘・非難される」などの項目において、頻度・不快感の程度の両方に高い値が見られた。

小林(2003)は、幼稚園の生活で生じる様々な出来事について、それをストレッサーと感じる幼児がどの程度いるのかを明らかにするため、幼稚園教諭を対象と

し、堀池ら(1999)を参考に作成した13のストレッサー項目について、それぞれのストレッサーを体験する子どもがどれくらいいるか、5段階評定で回答を求めた。その結果、ほとんどの幼児が体験するようなストレッサーは存在しないが、まったく経験しないストレッサーも存在しないことが示された。また、比較的多くの子どもがけんかや片づけをストレッサーと感じていること、一方で給食が終わるまで遊べないこと、遅刻・早退などで遊べないこと、その日の生活の流れに乗れないなどに不快感を感じる幼児はほとんどいないことも示された。加えて、自由記述から、基本的な生活習慣でのつまずき、友達とのトラブル、集団のルールが守れないときなどのストレッサーが存在する可能性も示された。

一方、小林・加藤(2001)は、幼児が家庭で遭遇するストレス場面およびストレス反応、対処方略を調査することを目的とし、保護者を対象に自由記述による質問紙調査を実施した。その結果、幼児が家庭で遭遇するストレス場面としては「親にかまってもらえない時」、「親(祖父母を含む)に叱られた時」、「きょうだいとけんかした時」、「欲しいものが買ってもらえない時」、「自分のやりたいことができない時」、「休日などに外出しないで家にいる時」などの回答が多く見られた。

また、土井ら(1997)は、副腎皮質系のストレス指標の1つである尿中17-Ketosteroid(以下、尿中17-KS値)を用い、早期教育がもたらす幼児のストレスについて検討した。その結果、早期教育を受けている幼児は、受けていない幼児よりも園内生活で受けているストレスが大きい可能性があることが示され、早期教育が幼児のストレッサーの一つとなる可能性があることを示唆した。

## 2. コーピングに関する研究

幼児のコーピングに関する研究には、対友人場面でのストレス状況におけるコーピングについて検討した嘉数ら(1994)、家庭で遭遇するストレス場面におけるコーピングについて検討した小林・加藤(2001)、幼稚園での園生活におけるコーピングについて検討した小林(2003)があった。

嘉数ら(1994)は、特に対友人場面でのストレス状況において、幼児がどのような対処行動あるいは対処方略をとるのかについて検討するため、幼稚園児29名に対して個別にストレスフルな状況を物語として紙芝居のように読み聞かせ、この物語の主人公の対処方略

または対処行動について質問するという方法で実験を実施した。そして結果から、対処行動あるいは対処方略を「(a)サポートの依頼」、「(b)直接問題解決行動」、「(c)攻撃的行動」、「(d)気そらし行動および回避行動」、「(e)感情の表出」、「(f)対処行動なし」の6パターンに分類した。この6パターンのうち、全般的傾向として「(a)サポートの依頼」と「(b)直接問題解決行動」の出現率が高く、「(d)気そらし行動および回避行動」が「(e)感情の表出」より出現率が高く、「(f)対処行動なし」が「(e)感情の表出」よりも出現率が高いことが示された。また性差について検討し、「(a)サポートの依頼」、「(c)攻撃的行動」は女兒より男児に多く、「(e)感情の表出」、「(f)対処行動なし」は男児よりも女兒に多く見られるという結果を得た。

また、小林・加藤(2001)は、幼児が家庭で遭遇するストレス場面およびストレス反応、対処方略を調査することを目的とし、保護者を対象に自由記述による質問紙調査を実施した。前述した嘉数ら(1994)などを参考に結果の分類を試みた結果、幼児のストレス対処行動は、冷静に考えるなどの「問題解決」、怒る・乱暴するなどの「行動的回避」、甘えるなどの「サポート希求」、ひとりになるなどの「認知的回避」、泣くなどの「情動的回避」の5つに分類することができるとした。

小林(2003)は、幼児が園生活の中で採用するコーピングを調査し、その発達の変化や性差、個人差について検討した。大竹ら(1998)と事前の調査で得た結果を基に抽出した、「先生に言う(サポート希求)」、「どうすればよいか自分で考えて解決する(問題解決)」、「泣く(情動的回避)」、「当り散らす・不満を言う(行動的回避)」、「他の遊びに目を向ける・動物とふれあうなど(気分転換)」、「あきらめる・我慢する・何もしない(認知的回避・対処せず)」の6つの行動について、保育士を対象とし、幼児が園生活の中でどの程度これらのコーピングを用いるか4段階評定で回答を求めた。その結果、サポート希求は女兒の方が多く用いること、問題解決は5歳児が最も多く用いること、情動的回避は3歳児が最も多く用いること、行動的回避は最も5歳児が多く用い、男児の方が多く用いること、気分転換と認知的回避・対処せずは5歳児が4歳児に比べ多く用い、3歳児はその中間であることが示された。また、5歳児は気分転換や認知的対処を行う傾向が高く、より多くの対処行動を身に付けていること、女兒にサポート希求が多く見られ、男児で行動的回避が多く見られることなども示された。さらにコー

ピングの用い方のパターンを、問題解決を主に行う群、問題解決も行うが行動的回避もよく行う群、気分転換や認知的対処など、自分一人でストレス場面に対処している群、サポート希求や情動的回避など、周囲の人に頼ってストレス場面を解決してもらおうとする群、行動的回避や気分転換、認知的回避を多く行う群、サポート希求や気分転換など、情動中心的なコーピングを多く行う群の6つに分類した。

### 3. ストレス反応に関する研究

幼児用のストレス反応尺度作成を試みた研究には、日常的なストレスによるストレス反応について検討した野崎(1997)、西木場(1999)、小花和(1999b)、地震という非日常的なストレスによるストレス反応について検討した小花和(1999a)と小花和・城(2000)があった。

野崎(1997)は任意に幼稚園教諭や保育士などからストレスフルな行動を示す5歳児の特徴と思われるものをアトランダムに挙げてもらい、ストレス児を抽出するためのチェックリストを作成した。項目については「日常行動に関する項目(18項目)」、「子どもどうしの関わりに関する項目(5項目)」、「保育者との関わりに関する項目(5項目)」、「その他の項目(9項目)」、「基本的な生活習慣に関する項目(8項目)」の計45項目を採用した。このチェックリストを用いた幼稚園教諭による評定で抽出されたストレス児を対象にチェックリストの項目の因子分析を行ったところ、第1因子として「情緒不安定性」、第2因子以下に「退行」、「攻撃」、「依存」が抽出された。

西木場(1999)は、幼児期の特徴を捉えた「幼児用ストレス反応尺度」の作成を目的とし、嶋田ら(1994)の「小学生用ストレス反応尺度」を基に質問項目を作成した。そして担任保育者をまじえて子ども(39名)に面接を行い、保育者による言葉掛けなどを行いながら口頭による回答を求めた。その結果、「身体的反応」、「不安感情」、「無気力」の3因子を得た。

一方、小花和(1999a)と小花和・城(2000)は、阪神-淡路大震災後、神戸市内で1995年4月から3年にわたって計4回の幼児のストレスに関する調査を行った。この調査は、母親に対して、地震前には見られなかったのに地震後子どもに現れた症状を選択するよう求めたものである。幼児のストレス項目については、アメリカにおける地震によるPTSDの調査結果、「Child Behavior Checklist, CBCL」、「乳幼児発達スケール(KINDER INFANT DEVELOPMENT

SCAL, KIDS)」などを基に、第1回調査では100項目、第2回調査以降では43項目を使用した。また、対照調査として、震災による物理的被害がなかった幼児の母親に対しても同様の項目への回答を求めた。その結果、多くの項目が震災後3年間で徐々に減少したが、一方で変化が見られなかった項目も存在した。また、対照調査の結果との比較から、震災で物理的被害を受けた幼児は、震災後3年経った時点でも高い割合でストレス反応が現れていることが示された。

次に、小花和 (1999b) は、小花和 (1999a) において作成した幼児のストレス項目を基に、地震災害特有と考えられる項目と選択率の低かった項目を除いた38項目を抽出し、母親に対して4段階で評定を求めるストレス反応尺度を作成した。その結果、「引きこもり・消極性」、「依存」、「攻撃的行動」、「機嫌の悪さ」、「落ち着いたなさ」、「退行・排尿問題」、「人前での緊張」、「幼稚園関連問題」の9因子が得られた。

#### 4. ストレス媒介要因に関する研究

幼児期におけるストレス媒介要因に関する研究には、自己制御機能に着目した嘉数ら (1994) と堀池ら (1999)、母子関係に着目した野崎 (1997)、幼児の気質と食生活に着目した小林・加藤 (2001)、幼児のレジリエンスに着目した小花和 (1999b)、高辻 (2002) があった。

嘉数ら (1994) は、幼稚園における幼児のストレスサーと対処行動についての研究において、幼稚園教諭の評定による自己制御機能と被験者の報告による対処行動の関連を検討した。結果として、自己主張の高い幼児は男女ともに「サポートの依頼」ができること、自己抑制の強い男児は「対処行動なし」の傾向があり、「直接的な解決行動や対処行動を積極的に試みる」ことのない傾向があることが示された。

また、堀池ら (1999) は、調査したストレスサーの経験頻度とそれに対する嫌悪度とを掛け合わせて算出したストレス度と自己制御機能との関連を検討した。結果、ストレス度の高い幼児はそうでない幼児よりも自己抑制能力が低い可能性があることが示唆された。

一方、野崎 (1997) は、母子関係に着目し、動的描画法を用いて、幼稚園教諭による評定から抽出されたストレス児の母子関係について、健常児との比較を行った。全体として、健常児の描画では家族がひとかたまりで描かれている印象なのに対し、ストレス児では家族の中でも特に母親の立場や精神的な状態を如実に反映している描画が見られた。

小林・加藤 (2001) は、幼児期におけるストレス媒介要因として幼児の気質と食生活に着目した。幼児の気質と食生活、ストレス対処行動について保護者に回答を求め、関連を検討した。結果として、乳児期に欲求不満耐性が低かった幼児は、怒る・乱暴するなどの「行動的回避」や泣くなどの「情動的回避」をよく行い、冷静に考えるというような「問題解決」を行わない傾向が見られた。また、鎮静性が高かった幼児は、「行動的回避」を行わない傾向が見られ、幼児の気質とストレス対処行動に関連があることが示された。さらに、野菜・海藻類の摂取が「問題解決」を促進し、「行動的回避」や「情動的回避」を抑制する傾向が見られ、逆に飲料・菓子類の摂取が「問題解決」を抑制し、「行動的回避」や「情動的回避」を促進する傾向が見られるなど、食生活と幼児のストレス対処行動に関連があることが示された。

また、小花和 (1999b) と高辻 (2002) は、ストレス反応の媒介要因として、レジリエンスに着目した。レジリエンスとは、逆境に直面し、それを克服し、その経験によって強化されるまたは変容される普遍的な人の許容力 (Grotberg, 1998; 1999) を言う。

小花和 (1999b) は、レジリエンス項目として、「State-Resilience Scale (SRC)」を幼児にも当てはまる内容に改訂した15項目を使用し、幼児のストレス反応項目 (小花和, 1999a) や母親のストレスとの関連を検討した。結果として、幼児のストレス反応項目 (小花和, 1999a) の「引きこもり・消極性」、「依存」、「攻撃的行動」、「人前での緊張」、「幼稚園関連問題」因子において、レジリエンス得点との間に有意な相関があることが示された。年齢別に検討を行ったところ、3歳と6歳ではレジリエンス得点との相関は認められず、4歳では「幼稚園関連問題」と、5歳では「引きこもり・消極性」、「人前での緊張」、「幼稚園問題」との間に相関が見られた。また、母親のストレスが軽度であると、母親のストレスが正常や重度である場合よりも「愛想が良くなつきやすい」項目の得点が低いこと、母親のストレスが軽度であると、母親のストレスが正常である場合よりも「活発な方である」項目の得点が低いことが示された。

高辻 (2002) は、幼児に対して、「場面Ⅰ 友達に約束を破られる」、「場面Ⅱ 友達にシャベルを取られる」の2場面のストーリーを紙芝居で提示し、ストレスの認識度を4段階の丸マークの大きさに回答させ、場面へのコーピングをドールプレイによって実演させた。ドールプレイに関しては、感じているストレスの程度

とコーピングとして用いた社会的スキルを基に、ストーリー展開についてプロトコルのコード化を行い、反応得点として得点化した。相関を検討したところ、レジリエンス尺度の得点と場面 I でのストレスの認識度に有意な相関が見られたが、弱い相関だった。

## 考 察

### 1. ストレッサーに関する研究

ストレッサーについて、Holmes & Rahe (1967) は、「非日常的出来事 (life event)」を重視し、ストレッサーの強度に応じて反応の程度が決まるとした。これに対して Lazarus & Folkman (1984) は、通常の生活において誰もが経験しやすい「日常におけるごたごた (daily hassles)」の方が個人の健康に大きな影響を与えているとしている。この後者と同じ視点に立ってストレッサーを捉えた研究として、児童期や青年期においては学校ストレッサーに関する研究 (岡安ら, 1992; 嶋田ら, 1992 など)、成人期においては職業ストレッサーに関する研究 (高木・田中, 2003; 矢富ら, 1991; 渡邊・田嶋, 2003 など) がなされている。

幼児期におけるストレッサーに関しては、前者、すなわち「非日常的な出来事 (life event)」による外傷的体験が重視され、日常で経験するストレッサーはその後の発達に重要な影響を及ぼさないと考えられてきた (小花和, 2004)。しかし、幼児期においても日常的なストレッサーに関する研究として、嘉数ら (1994) や堀池ら (1999)、小林 (2003) が幼稚園や保育所におけるストレッサーを取り上げていた。また家庭での日常生活場面で遭遇するストレッサーについても、小林・加藤 (2001) が自由記述による調査を行っていた。このように今回、幼児期においても、それ以降の年齢層と同様に、誰もが経験している日常的なストレッサーに着眼した研究があることが分かった。

しかし Rutter (1996) も指摘するように、日常生活におけるストレッサーとそれに対するストレス反応の特徴を明らかにするためには、今後の研究の蓄積が不可欠である。

Selye (1946) はストレスの防御的・適応の意味を見出し、Holms & Rahe (1967) もストレスを日常生活上のさまざまな変化に再適応するために必要な労力と捉えている。また幼児期に経験する日常的ストレス過程は、その後に経験する緩やかなストレッサーへの対処方略を学習する重要な機会になりうると考えられており (Fox, 1989)、適度のストレスは必ずしも将来の発達に対して悪影響を与えるわけではない (小

花和, 2001)。また、幼児の日常生活を考えた際、その心身に対して直接的に大きな影響を与えるのが家庭での養育環境である (Rutter, M., 1975)。これらのことを踏まえれば、今後は、日常的なストレッサーとして、幼稚園や保育所はもとより、特に家庭でのストレッサーについて、そのストレス反応や発達への影響を含めた実証的な研究を進めていくことが必要である。

### 2. コーピングに関する研究

コーピングはストレス反応の出現を抑制するもの、または適応を促しストレス反応を低減させるものとして、成人や青年、また児童を対象に多くの研究がなされている (嘉数ら, 1995; 梨谷, 2000; 塗師, 1993)。

幼児のコーピングに関する研究も、3編ながら取り組まれていることが分かった。嘉数ら (1994) の結果から、幼児においてもコーピングとして好んで用いられる行動あるいは方略があること、小林・加藤 (2001) の結果から、用いられるコーピングと気質などとの間に関連があること、小林 (2003) の結果から、年齢や性別によって用いられるコーピングに違いがあることなどが示された。しかし、これらの研究においては、コーピングとして捉えられている行動にそれぞれ若干の差異が見られた。これは、嘉数ら (1994) が幼児自身による回答を分類したのに対し、小林ら (2001) は保護者による回答を、小林 (2003) は保育士による回答を分類したため、対象者または分析者によって、コーピングの捉え方に違いがあったためと考えられる。

この問題に関連して、嶋田 (1998) は学校ストレスモデルの検討の中で、身体反応、抑うつ・不安、無気力、不機嫌・怒りのような生理的指標と関連が深い情緒的・身体的反応をストレス反応と捉え、引っ込み思案行動や攻撃的行動をコーピングに關与する社会的スキルとして捉えている。しかし小花和 (2004) は、幼児の場合、幼児本人によって情動的・身体的反応の評定を行うことは困難であるため、嶋田 (1998) の考えるストレス反応を一次的なストレス反応、社会的スキルを二次的なストレス反応として捉える方が適切であるとしている。確かに情緒的・身体的反応にせよ行動にせよ、それがコーピングであるのかストレス反応であるのかという判断は容易ではない。これは幼児であればなおさらであろう。そうであるとすれば、今回のような研究分類においては、取り上げた3編に関しても、年齢や性別などを考慮し、判定基準を明確にした上での再考が必要となる。この点については、ストレ

ス反応に関する研究とともに、今後の研究課題である  
と考える。

### 3. ストレス反応に関する研究

ストレス反応に関する研究には、成人を対象に開発された新名ら（1990）の「心理的ストレス反応尺度（Psychological Stress Response Scale：PSRS）」をはじめとして、「中学生用ストレス反応尺度」（岡安ら，1992）、「小学生用ストレス反応尺度」（嶋田ら，1994）などがある。

幼児期のストレス反応に関しては、幼児は心身の発達が未分化でストレス耐性が低いため、ストレッサーをこうむるとすぐにストレス反応を生じやすいと考えられている（桜井，1998）。そのストレス反応は幼児期に特有のものが多く、さらに幼児の発達段階によって生じる反応が異なることなどが示唆されている（赤坂，1996）。また、ストレスによって引き起こされる精神症状は、成人の場合は精神症状と身体症状とに大別されているのに対し、子どもにおいては精神症状を捉えるのは容易ではなく、身体症状や問題行動として表出されやすいといわれており、西木場（1999）はそれらを身体化と行動化に分類している。これらから、幼児期のストレス反応は成人のものとはメカニズムも異なる可能性があり（桜井，1998）、竹中（1997）も指摘するように、幼児期特有のものとして捉えていく必要もある。

しかし、西木場（1999）の「幼児用ストレス反応尺度」は、成人が対象である「PSRS」（新名ら，1990）を基に作成された中学生用、小学生用ストレス反応尺度に基づいて作成されていた。そのため、幼児期に特有のストレス反応を拾い上げていない可能性が考えられる。一方、小花和（1999a）と小花和・城（2000）は、地震による非日常的ストレスによるストレス反応についての3年にわたる調査において、その中で拾い上げた項目にPTSDなどの症状に似た項目がほとんど含まれていなかったことなどから、従来なら時間をかけて出現し、あるいは軽減するとされているストレス反応が、凝縮されて一気に顕在化した可能性も考えられると指摘している。しかし、項目の作成に当たっては、アメリカにおける地震によるPTSDの調査結果などの他に、発達検査などが参考にされているため、ストレス反応以外の項目が組み込まれている可能性も少なからず考えられる。これは、小花和（1999a）と小花和・城（2000）の結果を基に作成された小花和（1999b）における「幼児のストレス反応項目」につ

いても同様のことがいえる。また、ストレス反応として、西木場（1999）のように身体的反応を中心に採用した尺度や、野崎（1997）のように身体化については取り上げず、行動のみに着目した尺度など、幼児のストレス反応の捉え方に相違もみられる。

以上のような点を踏まえ、非日常的ストレスおよび日常的ストレスそれぞれにおけるストレス反応について検討を重ね、より幼児の実態に即した幼児用ストレス反応尺度を精練していくことが必要であると考えられる。

### 4. ストレス媒介要因に関する研究

Lazarus & Folkman（1984）によれば、ストレス反応における個人差を説明する重要な要因は、ストレッサーに対する認知的評価とコーピングである。幼児の場合も、同じような状況に遭遇しても、それをストレスと感じる幼児とそうでない幼児がいるだろう。では、幼児のストレス反応の表出に影響を与える要因については、どうであろうか。

まず、嘉数ら（1994）と堀池ら（1999）は、幼児のストレスと自己制御機能との関連について検討していた。しかし、嘉数ら（1994）の研究で自己制御機能の評定に用いられた項目は、自己主張が2項目、自己抑制が1項目と極めて少なく、その信頼性や妥当性の点で疑問が残る。さらに、幼児のストレス対処行動については幼児自身の報告であるため、これに関しても同様に、信頼性や妥当性の問題が疑われる。一方堀池ら（1999）は、ストレッサーの経験頻度とそれに対する嫌悪度とを掛け合わせて算出したストレス度と自己制御機能との関連から、幼児においても、ストレッサーにさらされてからストレス反応表出までの過程において、個人差を規定する媒介要因が存在すると指摘した。しかしこの研究では、ストレッサーと認知的評価の部分が問題とされ、幼児が実際に表出したストレス反応自体は評価されておらず、それと自己制御機能との関連についても検討されていない。

また小花和（1999b）は、幼児のストレス反応と幼児のレジリエンスおよび母親のストレスとの関連について検討していた。そこでは、レジリエンスが幼児の個人内要因と子どもの周囲の環境要因の両方から捉えられており、この点に関しては、周囲の環境が発達に重要な影響を与える（Rutter，1996）幼児期のストレスについて考える際に示唆的である。しかしこの研究で用いられたレジリエンス項目は、大学生を対象として開発された尺度を基に作成されたものであり、必

ずしも幼児のレジリエンスの実態は捉えられていない可能性がある。さらに、子どもの周囲の環境要因として母親のストレスに着目しているが、実際に母親が幼児のストレス反応に対してどのような対応を行ったのかといった、子どもが周囲の環境から提供される要因についての検討はなされていなかった。

これに対して高辻（2002）は、幼児用のレジリエンス尺度の作成を試み、ストレスの認識度およびコーピングとの関連を検討していた。しかし作成されたレジリエンス尺度の項目は、主に幼児の個人内要因に関する項目であり、周囲の環境から提供される要因の影響については検討されておらず、結果的に弱い相関がみられていた。

幼児期においては、周囲の環境からの影響が軽視できないことを考えると、ストレスの認識度やコーピングについて検討する際、子どもの内的要因と環境要因の両面からさらに検討が進められる必要があると考える。

## 5. おわりに

近年、幼児期におけるストレス研究の必要性が指摘されている（小花和，1999b；Rutter，1996）が、これは、本邦においては、1994年の嘉数らの報告に端を発する10年来の比較的新しい領域であり、今後の課題も多いことが分かった。

特に、幼児を対象としてストレス研究を行う際の方法論上の課題は大きい。たとえば評定方法として、児童期以降を対象とした調査では、主に自己評定式のものが用いられているが、幼児の場合、幼児自身の自己評定や、保護者や保育士といった成人による幼児の観察評定が用いられていた。しかし幼児による自己評定の場合、次のような限界を考慮する必要がある。まず、幼児が回答に用いる語句の概念を正確に把握できていない可能性が考えられる。幼児においては2歳頃から「内言」が現れ始め、イメージだけでなく言葉を使用することによって目の前にないものを頭の中で考えることができるようになってくるとされている。しかし、4歳頃の幼児において考えることができるのは具体的なものごとに限られており、抽象的な概念についての思考はまだ不可能である（Osborne，1986）。そのため、幼児が語句の概念を正確に捉えているかについては、疑問が残る。第2に、幼児は自分の状態について客観的に把握できない可能性が考えられる。幼児は自己の能力を高く評価する傾向があるという指摘（金城・前原，1991）もあり、自分の状態について客

観的に把握することが困難である。第3に、回答時の機嫌によって回答が左右される可能性も考えられる。子どもは、児童期に入り具体的操作の段階に入っていくことによって、知性と感情が関わりを持ち始め、知性によって自分の感情を意識し、感情を理論化したり正当化したりする（横山，1989）。しかし、それ以前においては、子どもはその場の状況に応じて喜怒哀楽を示す。そのため、回答時の機嫌によって回答が左右される可能性が十分に考えられる。一方、保護者や保育者による幼児の行動評定から幼児のストレスを捉えようとする場合でも、保護者や保育士の視点によって、子どもの様子の見え方が異なる可能性がある（秋山・堂野，1994；小花和，2001；瀬戸・大野，1993）。子どもの様子の客観的な評定のために、保護者や保育者による評定尺度を実施する際には、「乳幼児発達スケール（Kinder Infant Development Scale：KIDS）」などの一定の妥当性と信頼性を持った他の保護者評定による尺度との関連の検討や、保護者による評定と幼稚園教諭や保育士による評定などの複数の評定の関連について検討し、他者評定における尺度の妥当性、信頼性についても検討していく必要がある。このように、評定方法一つをとっていても、今後の研究において、方法論上の新たな工夫がなされることが期待される。

また、本稿では、幼児期のストレス研究をLazarus & Folkman（1984）による「心理的ストレスモデル」を準拠枠として、ストレス、ストレス反応、コーピング、ストレス媒介要因のそれぞれについて、どのような知見が得られているのか整理し、概観することができた。これにより、幼児期のストレス関連問題の治療や援助に際し、何を標的に介入していくと良いのか、若干の示唆が得られた。このことはまた、問題行動や不適応症状が現れるなど何らかの心理的問題が表面化してはじめて、親子関係の調整を中心とした家族に対するアプローチが行われることが多かった従来の幼児期臨床において、発達援助や心の健康教育実践への取り組みなど、新たな予防的な介入の可能性を示すことにも繋がったのではないかと考える。その意味においても、「心理的ストレスモデル」の活用は有用であった。しかしながら、同時に課題も示された。Lazarus & Folkmanの理論においては、前に述べたように、刺激に対する個人の認知が重視されている。この点について、幼児の場合、幼児がどのような刺激をストレスであると認知し、どのように対処し、反応しているのか、それらを捉えることは容易なことではない。今後の研究成果によっては、幼児の発達や幼児



の実態に即したストレスモデルの改変, 考案がなされるかもしれない。これらもことも踏まえて, まずは, 幼児のストレスに関する実証的研究が集積されていく必要があると考える。

## 文 献

- 赤坂 徹 1996 子どものストレス 教育と医学 (慶應義塾大学出版社), 10-18.
- 秋山幹男・堂野佐俊 1984 両親の幼児に対する養育態度と性格認知について—きょうだい数・出生順位・性別構成による分析— 広島文教女子大学紀要, 19, 39-73.
- 土井 豊・大庭 清・舟木 綾 1997 早期教育がもたらす幼児のストレスに関する調査研究—尿中17-KS値を指標として 紀要 (東北生活文化大学), 28, 65-73
- Fox, N.A. 1989 Infant response to frustrating and mildly stressful events: A positive look at anger in the first year. *New directions for Child Development*, 45, 47-64.
- Grotberg, E.H. 1998 The international resilience project. Civitan International Research Center. U.B.A.
- Grotberg, E.H. 1999 The international resilience project. Civitan International Research Center. U.B.A.
- Holmes, T.H., Rahe, R.H. 1967 The social readjustment rating scale *J. Psychosom. Res*, 11, 213-218.
- 堀池美菜子・富田昌平・村田陽子・久保秀和 1999 幼児の園生活におけるストレスに関する研究 幼年教育研究年報, 21, 19-25.
- 嘉数朝子・井上 厚・白石敏行 1994 幼稚園における幼児の心理的ストレスおよび対処行動 琉球大学教育学部紀要, 45(1), 15-27.
- 金城洋子・前原武子 1991 幼児における自己能力評価—認知能力および教師評定との関係— 教育心理学研究, 39(4), 36-44.
- 小林 真 2003 幼稚園生活における幼児のストレス対処行動—保育者の評定に基づく実態調査 富山大学教育学部紀要, 57, 167-173
- 小林 真・加藤知里 2001 幼児のストレス対処行動に気質と食生活が及ぼす影響 富山大学教育学部研究論集, 4, 59-66.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. 1984 *Stress, Appraisal, and Coping* New York: Springer, Publishing Company.
- 梨谷竜也 2000 高校生におけるテスト前後のストレス反応とコーピングの変化—ストレス低減に有効なコーピングの検討 関西大学大学院人間科学: 社会学・心理学研究, 52, 224-249.
- 野崎之暢 1997 幼児のストレスについての発達臨床学的研究—描画方を中心に—聖和大学論集, 25, 221-233.
- 塗師斌 1993 大学生におけるストレスとコーピング 横浜国立大学教育紀要, 33, 241-264.
- 小花和 Wright 尚子 1999a 震災ストレスにおける母子関係 *日本生理人類学会誌*, 4(1), 17-22.
- 小花和 Wright 尚子 1999b 幼児のストレス反応とレジリエンス 四條畷学園女子短期大学研究論文集, 33, 47-62.
- 小花和 Wright 尚子 2001 母親と幼児の心理的ストレス相互作用への介入の試み 四條畷学園女子短期大学研究論集, 34, 30-44.
- 小花和 Wright 尚子 2004 幼児期のレジリエンス ナカニシヤ出版.
- 小花和 Wright 尚子・城 仁士 2000 幼児期の災害ストレスに対するマネジメント研究—就学前から修学後にかけての精神的健康に災害が及ぼす影響 マツダ財団研究報告書. 青少年健全育成関係, 13, 1-10.
- 尾木直樹 1999 崩壊防止のキーポイント—学級崩壊がはらむ基本問題— 教育ジャーナル, 5, 19-25.
- 小國有加・冨永良喜・吉田明世 2000 幼児へのイメージと動作を用いたストレスマネジメントプログラムの開発と試み—バウムテストに見られるプログラム体験 *日本教育心理学会第42回総会*, 6-11.
- 小國有加 2000 イメージと動作を用いた幼児へのストレスマネジメント教育プログラム開発の研究 (I)—質問紙におけるプログラム体験の効果を中心に—武庫川女子大学発達臨床心理学研究所紀要, 12, 91-120.
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・丹波洋子・森 俊夫・矢富直美 1992 中学生の学校ストレス—評価とストレス反応との関係 *心理学研究*, 63, 310-318.
- 沖 潤一・衛藤 隆・山縣然太郎 2001 医療機関および学校を対象として行った心身症, 神経症等の実態調査のまとめ *日本小児科学会雑誌*, 105(12), 1317-1323.
- Osborn, E. 1986 *YOUR FOUR YEAR OLD*.

- London; The Tavistock clinic. (オズボーン E. 繁多進・山上千鶴子 (訳) タビストック 子どもの発達と心理 4歳 あすなろ書房.
- Osborn, E. 1983 YOUR FIVE YEAR OLD. London; The Tavistock clinic. (オズボーン E. 依田明・山上千鶴子 (訳) タビストック 子どもの発達と心理 5歳 あすなろ書房.
- Osborn, E. 1986 YOUR THREE YEAR OLD. London; The Tavistock clinic. (オズボーン E. 繁多進・新倉涼子 (訳) タビストック 子どもの発達と心理 3歳 あすなろ書房.
- Rutter, M. 1975 Helping Troubled Children. Penguin Books. 久保敏章・門真一郎 (監訳) 子どもの精神医学 ルガル社.
- Rutter, M. 1996 Stress research: Accomplishments and tasks ahead. In R.J. Haggerty, L.R. Sherrod, N. garmezy, & M. Rutter (Eds.), Stress, risk, and resilience in children and adolescents: Process, mechanisms, and interventions. New York: Cambridge Univ. Press Pp354-385.
- 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), 29-38.
- 西木場美賀 1999 幼児期における生活ストレスの分析を事例としたストレス反応尺度の開発幼年児童教育研究, 11, 1-13.
- 坂野雄二・大島典子・富家直明・嶋田洋徳・秋山香澄・松本聡子 1995 最近のストレスマネジメント研究の動向 早稲田人間科学研究, 8(1), 121-141.
- 桜井茂男 1998 子どものストレス 大日本図書
- Selye, H. 1936 A syndrome produced by diverse nocuous agents Nature, 138, 32.
- 嶋田洋徳 1998 小中学生の心理的ストレスと学校不適応に関する研究 風間書房
- 嶋田洋徳・秋山香澄・三浦正江・岡安孝弘・坂野雄二・上里一郎 1995 小学生のコピーングパターンとストレス反応との関連 日本教育心理学会第37回総会発表論文集, 556.
- 嶋田洋徳・岡安孝弘・浅井邦二・坂野雄二 1992 児童の心理的学校ストレスとストレス反応の関連 日本健康心理学会第5回大会発表論文集, 56-57.
- 瀬戸日登美・大野博之 1993 母親による子どもの見方と育児不安との関係性について—ビデオ評価事態での母親の現実自己と理想自己との関連から— 九州大学教育学部紀要 (教育心理学部門), 38(2), 73-81.
- 高木 亮・田中宏二 2003 教師の職業ストレスサーに関する研究—教師の職業ストレスサーとバーンアウトの関係を中心に 教育心理学研究, 51(2), 165-174.
- 高辻千恵 2002 幼児の園生活におけるレジリエンス尺度の作成と対人葛藤場面への反応による妥当性の検討 教育心理学研究, 50(4), 427-435
- 竹中晃二 (編著) 1997 子どものためのストレス・マネジメント 教育北大路書房.
- 矢富直美・中谷陽明・巻田ふき 1991 老人介護スタッフのストレスサー評価尺度の開発 社会老年学, 34, 49-59.
- 横山正幸 1989 第9章 感情と意志の発達 発達心理学 上 [第2版] 周産・新生児・乳児・幼児・児童期, 108-115.
- 渡邊貴子・田嶋誠一 2003 児童養護施設職員のストレスサー尺度作成の試み—学校教師との比較を通して 九州大学心理学研究, 4, 251-259.

## A review of study on stress in infancy in Japan

ERI TANAKA (*Graduate school of Psychology, Kurume University*)

SUMIKO IWAMOTO (*Department of Psychology, Faculty of Literature, Kurume University*)

### Summary

In this paper, study on stress in infancy in Japan was reviewed, in order to have orientation for our research regarding prevention, intervention or treatment of stress related problems in infancy, based on four "keywords" which were described in "stressor", "coping", "stress response" and "stress mediating factor" quoted from "transactional model" reported by Lazarus & Folkman (1984).

Consequently, it turned out that it was the comparatively new research domain which Kakazu et al. firstly reported their study in 1994.

Through our review, the following points were summarized.

- ① Daily hassles in "stressor" do exist even in infancy.
- ② It is difficult for infant to distinguish "coping" from "stress response".
- ③ A questionnaire which can assess "stress response" to infancy should be more specified.
- ④ As "stress mediating factors", not only infant characteristics but also environmental factors should also need to be taken into consideration.

Moreover, ⑤ For integrated assessment of "stress" in infant, there are much more to develop in both subjective and objective methodologies.

**Key words:** infancy, stress, stressor, coping, stress response, stress mediating factor

