九州産業大学国際文化学部紀要　第69号　79－87（2018）

C.R.Rogersの中核３条件からみた中学生の担任への関係認知と抑うつの関連

山　口　祐　子

Ⅰ　問題と目的

１．中学生の抑うつ

中学生は成長する時期であり，心身ともに大きく成長し，対人関係のことで悩むことが多い時期である。その理由の一つに中学生の時期の課題である「新しい対人関係の構築」の存在が挙げられる。中学生の時期は親や友人，教師など身近な人との関係性が変化し，新しい対人関係の構築に伴い，身近な人の態度が気になる時期であることから身近な人の関係認知が重要な意味を持つ。そのため，学校場面において担任との関係で困難さを感じた時に抑うつとして表現されることも多い。

中学生が日常の中で示しやすい抑うつに伴う状態として頭痛，腹痛などの身体愁訴，イライラ感などが挙げられる（傳田，2008)。下田（2010）によると，中学生の示すイライラ感や身体症状などのストレス反応への対処としてストレスフルな対人関係に対してその関係を積極的に改善維持しようとするポジティブ関係コーピングを多く使用する。学校場面において担任との関係認知においてもポジティブ関係コーピングを用いることは，中学生が示しやすい抑うつを乗り越え，このことが心の成長になると考えられる。

２．Rogersの中核的３条件

心の成長につながる関係認知の一つにC.R.Rogersの中核３条件がある。Rogers(1957)は「建設的人格変化のための必要十分条件」として６つの条件を提示した。この条件のうち，カウンセラーの態度条件が「自己一致」「無条件の積極的関心」「共感的理解」であり，これを中核３条件と呼んでいる。Rogersはあらゆる成長促進的な人間関係にこの条件が妥当するのではないかという仮説を提示している。教育場面における教師の中核３条件の研究としては小学生を対象とした研究（岡山教育センター，1981）中学生を対象とした研究（坂中，2013)，小学生から高校生まで対象とした志村（2002）の研究などがある。坂中（2013）の研究では，中学生189名を対

象に中核３条件関係認知スケールを対担任教師の対人認知スケールに変更し，実施した。この結果，中核３条件の高い教師が担任するクラスは学級適応が高いこと，担任が率直さを表す「自己一致」が広範囲に影響を与えることを明らかにした。

　これらの研究より中核３条件での教師，担任への関係認知が成長促進的な人間関係に重要な意味を持つことは明らかにされており，中核３条件それぞれの重要性は述べられている一方で，これらの中核３条件の各々の特徴が中学生の学校場面において，どう成長促進的に関わっているのか明らかにされていない。中核３条件の視点から中学生において，教師の中でも身近な存在である担任の関係認知の特徴を明らかにすることは成長促進的な関わりを持つ視点となりえるだろう。

３．中学生における抑うつと３条件における関係認知との関連

　思春期に多発する問題の多くは他者にどうみられているか，他者にとって自分はどうかという問題であること（浅海ら，2001）より，中学生の抑うつを理解する上では家族や友人，担任など重要な他者に対する関係認知を明らかにすることは支援の視点となりえるだろう。

　関係認知の特徴として，坂中（2001）は対fac認知，対他者認知，対自己認知からみた関係認知の質問紙を作成し，その因子として共感性，一致性，無条件性である中核3条件を挙げた。中学生にとって学校場面における身近な存在である担任に対する中核3条件の関係認知の特徴と抑うつとの関連についてほとんど研究がなされていないが，これらについて明らかにすることは，心理的成長の視点から抑うつを乗り越えるため新しい取り組みが可能となることが期待される。

４．目的

　本研究では，①中核３条件からみた中学生の担任への関係認知による類型化をおこない，②中核３条件の類型と抑うつとの関連から心理的成長を促し，抑うつを乗り越える方向性を検討することを目的とする。

Ⅱ　方　法

１．調査協力者および調査手続き

　筆者がスクールカウンセラー（以下SCと略記）として勤務するＺ中学校の生徒810名で，有効回答775名（95.6％）（男子389名，女子386名）であった。調査時期は2010年７月であり，ホームルーム時に質問紙を配布し，担任が回収しSCに手渡した。な

お，質問紙の回答に際し，自己不全感など訴える生徒が存在した場合，SCが面接や授業見学を行ない，フォローした。また，調査終了後，担任とともに構成的エンカウンター・グループを実施した。

２．質問紙の構成

⑴　フェイスシート：学年，性別

⑵　抑うつ尺度

Birleson自己記入式抑うつ尺度（DSRS-C）（村田ら，1996）を使用した。本尺度は子どもの抑うつ症状に関する全18項目からなり，「抑うつ・悲哀感」，「楽しみの減退」の２因子で構成される。最近１週間の状態について「そんなことはない（０点)」〜「いつもそうだ（２点)」の３件法で回答を求めた。得点が高いほど，その要素が高いことを示す。α係数は.77であり，データ解析において許容できる範囲と考えられた。DSRS-Cのcut off-pointについてBirlesonら（1981）は15点，村田ら（1996）は16点が妥当であるとされている。本研究においてcutoff pointは国内の研究において多く採用されている16点に設定した。

⑶　C.R.Rogersの中核3条件尺度

PCA3（坂中，2011）：Rogers(1957)の中核３条件「自己一致」「無条件の積極的関心」「共感的理解」の内容を包括する包括する各１項目。５件法。中学生対象に担任との関係を測定され，妥当性を確認されている（坂中，2011)。本研究においては学校場面での対人認知を検討するため担任との関係を測定することとした。

３．分析方法：分散分析，ｔ検定，相関分析，クラスタ分析（k-means法)。

Ⅲ　結　果

１．平均点

有効回答：775名（95.7％）（男子389名，女子386名）であった。生徒の平均点を表1に示した。３条件すべてにおいて１年生が２，３年生より高く，２年生の自己一致において女子が男子より，１年生の無条件性において男子が女子より有意に高かった(p<.05)。

表１　PCA3とDSRS-Cの平均点

	学年	平均値	SD		人数	平均	SD	性差	学年差
共感的理解	1	3.80	0.97	男子	142	3.92	0.95	*	1>2,3
				女子	136	3.67	0.97		
	2	3.45	1.03	男子	143	3.45	1.01		
				女子	118	3.45	1.06		
	3	3.41	1.00	男子	102	3.61	0.97		
				女子	128	3.36	0.94		
自己一致	1	3.86	1.02	男子	141	3.89	1.05		1>2,3
				女子	136	3.83	0.99		
	2	3.63	0.98	男子	140	3.50	0.95	*	
				女子	120	3.78	0.99		
	3	3.54	1.04	男子	102	3.63	0.99		
				女子	127	3.52	1.10		
無条件の積極的関心	1	3.88	1.03	男子	143	4.03	0.96	*	1>2,3
				女子	137	3.72	1.08		
	2	3.49	0.99	男子	141	3.45	0.99		
				女子	120	3.54	0.99		
	3	3.57	1.02	男子	102	3.70	1.00		
				女子	128	3.52	1.01		
DSRS-C	1	9.37	5.77	男子	143	8.62	5.76		1,2<3
				女子	137	10.12	5.71		
	2	9.67	6.13	男子	143	9.31	5.93		
				女子	121	10.33	6.51		
	3	11.98	6.30	男子	103	11.11	5.54		
				女子	128	12.56	6.83		

*p<.05

表２　Prearsonの相関係数

	共感的理解	自己一致	無条件の積極的関心	DSRSC
共感的理解	1.00	0.59**	0.76**	-0.28
自己一致		1.00	0.64**	-0.38
無条件の積極的関心			1.00	-0.30
DSRS-C				1.00

**p<.01

２．PCA3とDSRS-Cの関連

PCA3とDSRS-Cの相関を表２に示した。その結果，すべての項目にて有意差が見られ，抑うつ症状とPCA3との間に自己一致に中程度の相関が，共感的理解，無条件の積極的関心に弱い相関がみられた。

３．担任における共感的理解・自己一致・無条件性による類型化

担任において，共感性，自己一致，無条件性の組合せパターンから抑うつの特徴を特定するため大規模クラスタ分析を行い，４群に分類した（図１）。

その結果，中核３条件すべて高い群を「３条件高群」，自己一致が低い群を「自己一致低群」，中核３条件すべて低い群を「３条件低群」，自己一致が高い群を「自己一致高群」と命名した。

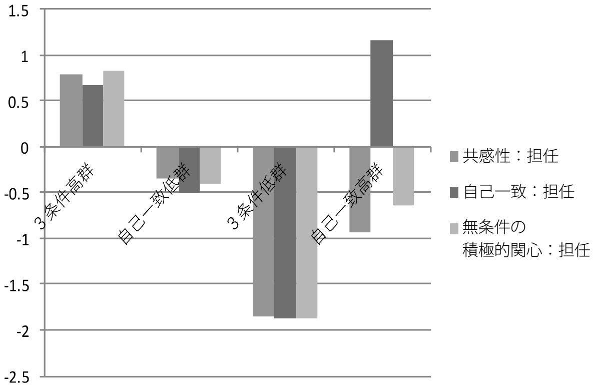

図１

表３　担任における共感的理解・自己一致・無条件性間の抑うつの比較

	1. 3条件高群（N=355）	2. 自己一致低群(N=316)	3. 3条件低群(N=76)	4. 自己一致高群(N=46)	F値	多重比較
	平均値（SD）	平均値（SD）	平均値（SD）	平均値（SD）		
抑うつ	8.28(5.39)	11.8(5.69)	14.0(7.87)	9.00(5.55)	32.57***	1,4<2,3

***p<.001

４．担任における類型と抑うつとの関連

担任においてクラスタ分析により抽出された３条件による類型を独立変数，抑うつ得点を従属変数とした一元配置分散分析を行なった。その結果，すべての従属変数において３条件による類型の間の主効果が認められた。（$F(3,793)=32.57$，$p<.001$）。Bonferroni法による多重比較の結果，「３条件低群」，「自己一致低群」は「３条件高群」，「自己一致高群」と比べ抑うつが高かった（表３）。各群においてDSRS-Cの平均がcut off－point＝16以上はみられなかった。

Ⅳ　考察

１．担任における中核３条件の関係認知の特徴

クラスタ分析の結果，担任において「３条件高群」「自己一致低群」「３条件低群」「自己一致高群」の４群を抽出した。

「３条件高群」は３条件とも平均以上の生徒から構成されている。大島（2015）は小学生との会話から教師が必要なことはその場にいて裏表のない純粋な心で感じようとする心と児童が本当に感じている思いを徹底的に聴こうとする態度と児童の気持ちを理解しようとする努力であると述べている。この群の生徒は担任よりこのような態度を感じ取っていると考えられる。

「自己一致低群」は３条件とも平均以下であるが，その中でも自己一致が特に低い生徒から構成されている。心理療法の過程においてセラピストはクライエントが自分自身をより受け入れられるようになり，より自己一致できる状態になることを目指している（松本，2014）。この群の生徒は担任がより受け入れられるような態度を捉えきれていない群であると考えられる。

「３条件低群」は３条件とも平均以下の生徒から構成されている。坂中（2001）はエンカウンター・グループにおいて，心理的成長度は３条件総合点と関連していることを指摘した。このことより，この群の生徒は４群の中で最も心理的成長が低い生徒で構成されている群であると考えられる。一方で，坂中（2001）はエンカウンター・グループの成長プロセスを追った結果，対他者認知が中期以降大きく変化することを明らかにしている。このことから，この群の生徒は現在は３条件とも低い群であるが，これから色々な人と触れ合うことで対他者認知が大きく成長する可能性のある群とも言えるだろう。

「自己一致高群」は共感性，無条件の積極的関心は平均以下であるが，自己一致は平均以上である生徒から構成されている。松本（2014）はベーシック・エンカウンター・グループでのファシリテーターにおける中核３条件の重要性を述べた上で，「自己一致」は開かれた正直なコミュニケーションの達成であり，「自己一致」を表明することはメンバーへのモデル提示として受け入れられることが多くなると述べている。そのため，「自己一致高群」の生徒は担任の存在をモデルとして受け入れている生徒と考えられる。

２．類型と抑うつとの関連から考えられる援助の方向性

「３条件低群」，「自己一致低群」は「３条件高群」，「自己一致群」と比べ抑うつが

高かった。坂中（2013）の担任を対象とした研究において，教師のその人らしさや率直さを示す「自己一致」が他よりも広範囲に影響を与えることを述べており，本研究においても同様の結果が示された。このことより自己一致の高い担任であると認知している生徒は担任を人としてのモデル化が可能となり，そのことが生徒の成長を促すものとなるのであろう。また，教師は生徒との信頼感を築くために普段から自己開示が必要である（藤川，1999)。藤川（1999）は自己開示として①事実の自己開示，②感情の自己開示を挙げており，自己開示を行う教師がリーダーを行うことで生徒の自己開示のモデルとなると述べている。以上より担任自身の自己一致した自己開示を高めるために自己理解を高めるような構成的エンカウンター・グループや社会的スキル教育といった担任がモデルとなり，かつクラス全体で行えるようなワークが有効ではないかと考える。

また，本研究において，中核３条件のすべてにおいて１年生が２，３年生よりも高く，抑うつは１，２年生より３年生が高い結果であった。中学１年生という時期は「中１ギャップ」という言葉があるように不登校が急激に増加する時期である（文部科学省，2015）が，中村ら（2016）は中学１年生を対象に抑うつに関する調査を行った結果，中学１年生の90％を超える生徒が「学校は楽しい」と答えており，中１の生徒が示す抑うつは思春期心性の中で遭遇するものであろうと述べている。本研究において中学１年生は中核３条件とも高く，抑うつが低いという結果は中村ら（2016）の結果を支持するものであり，この時期は自己成長をする可能性が高い時期であると言える。そのため，中学１年生の時期に他者理解や自己理解など心理的成長を促す予防的関わりが望ましいと考えられる。一方で，中学３年生になると抑うつは高くなるという結果から，中学１，２年生では予防的関わりを行ない，中学３年生ではストレスマネジメント教育などによる具体的な対処法を学ぶ機会をもつことが望ましいであろう。

３．まとめと今後の課題

本研究では中核３条件からみた中学生の担任への関係認知による類型化と中核３条件の類型と抑うつの関連から，心理的成長を促し，抑うつを乗り越える方向性を検討した。その結果，①「３条件高群」「自己一致低群」「３条件低群」「自己一致高群」の４群が抽出され，②「３条件低群」「自己一致低群」は「３条件高群」「自己一致高群」と比べ抑うつが高い結果であった。このことより抑うつを乗り越える心理的成長を促すには担任自身の自己一致が重要であり，担任がモデルとなりクラス全体で行う

ワークが有効であることが示唆された。

今後の課題として２つ挙げられる。１つ目は継続的な変化の検討である。中核３条件はエンカウンター・グループやカウンセリングを重ねていく上へ変化することが自己成長につながるため「３条件低群」はこれから大きく変化する可能性が高い群とも言えるが，本研究ではそのプロセスの確認ができなかった。今後，継続的な調査を行う必要性が高いと思われる。２つ目は援助の実践への適用である。本研究では援助の方向性を提示するにとどまった。今後，実際に援助の実践を行ない，検討を積み重ねることが重要であろう。

付　記

データの収集にご協力いただきました中学校の先生方と生徒の皆様に深く感謝いたします。

文献

浅海健一郎・野島一彦（2001）：臨床心理学における「主体性」概念の捉え方に関する一考察　九州大学心理学研究，2，53-58.

Birleson P(1981)：The validity of depressive disorder in childhood and the development of a self-rating a scale:A research report. Journal of a Child Psychology and Psychiatry, 22, 73-88.

傳田健三（2002）：子どものうつ病，金剛出版，pp169-189.

傳田健三(2008)：児童・青年の気分障害の臨床的特徴と最新の動向　児童青年精神医学とその近接領域，49(2)，89-100.

藤川章（1999）：エンカウンターができること　国分康孝編（1999）　エンカウンターで学級が変わるpart3，pp8.

松本剛（2014）：ベーシック・エンカウンター・グループにおけるファシリテーターの「自己一致」―ファシリテーター研修グループの振り返りをもとに―　人間関係研究（南山大学人間関係研究センター紀要），14，37-48.

村田豊久・清水亜紀・森陽二郎・大島祥子（1996）：学校における子どものうつ病-Blrlesonの小児期うつ病スケールからの検討-　最新精神医学，1，131-138.

文部科学省国立教育政策研究所生徒指導・進路指導研究センター：生徒指導リーフ「中１ギャップの真実」https://www.nier.go.jp/shido/leaf/leaf15.pdf　2018.1.11アクセス.

中村仁志・太田友子・丹佳子・福田奈未（2016）：「中１ギャップ」における問題と背景―小学校から中学校への接続における生徒の困り感について―　山口県立大学学術情報，9，87-92.

岡山教育センター（1981）：人間関係を促進するための学級づくりに関する研究　岡山県教育センター研究紀要，89.

大島利伸（2015）：子どもたちから教えられたこと　飯長喜一郎監修　ロジャーズの中核３条件―カウンセリングの本質を考える２，pp43.

Rogers, C, R（1957）：The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change.（伊東博訳　1966　パースナリティ変化に必要にして十分な条件　伊東博編訳サイコセラピィの過程（ロ

ジャーズ全集第４巻）岩崎学術出版社第６章，117.140）
坂中正義（2001）：ベーシック・エンカウンター・グループにおけるC.R.Rogersの３条件の測定　心理臨床学研究，19（5），466-47.
坂中正義（2011）：C.R.Rogersの中核３条件関係認知スケールの作成―最小限の項目での測定の試み―　日本心理臨床学会第30回大会発表論文集，347.
坂中正義（2013）：C.R.Rogersの中核３条件からみた生徒の担任態度認知と学校適応の関係について―教育におけるパーソンセンタード・アプローチの基礎研究―　福岡教育大学紀要，62(4)，41-55.
下田芳幸（2010）：中学生における対人ストレスコーピングが心理的ストレス反応に及ぼす影響の検討　富山大学人間発達科学部紀要，4 (2)，223-229.
志村万由美（2002）：小学生・中学生・高校生の親，教師に対する，関係認知と自尊感情の関連について―ロジャーズの３条件態度の認知による検討―　東亜臨床心理学研究，1 (1)，126.