

# 小学生の対人ストレスユーモア対処と運動遊びの関係

河田拓也（山口大学）

## 1. 目的

本研究では、対人ストレス場面における子どものユーモア対処は、運動遊び（体育館などの屋内で行う運動も含む）の中で培われるとの仮説のもと、小学生を対象に両者の関係について検証した。具体的には、研究Ⅰにおいて、小学生版対人ストレスユーモア尺度の開発を行った。研究Ⅱでは、研究Ⅰで開発した尺度を用いて、対人ストレス場面におけるユーモア対処の性および学年の差異について検討した。さらに、研究Ⅲでは、運動遊びが対人ストレスユーモア対処に与える影響について検証した。

## 2. 方法

- 対象者：小学校4・5・6年生（男子176名、女子160名）を対象とした。
- 調査期間：平成29年10月から12月。
- 分析方法：研究Ⅰでは、尺度開発のために、最尤法・プロマックス回転に基づく探索的因子分析を行った。研究Ⅱでは、ユーモア対処の性および学年の差異を検証するために二元配置の分散分析を行った。研究Ⅲでは、対人ストレスユーモア対処に影響を与える要因を明らかにするために重回帰分析を行った。

## 3. 結果と考察

研究Ⅰでは、高岡（2015）が作成した対人ストレスユーモア対処の分類を参考に、小学生用対人ストレスユーモア対処尺度の開発を行った結果、対人ストレスユーモア対処には、「攻撃型対処」因子と「親和型対処」因子の二因子構造があることが明らかになった（表1）。また、研究Ⅱにおいて、「親和型対処」因子について、性および学年の有意な交互作用が認められた。女子においてのみ、4年生と5・6年生との間に有意な差が見られた。この背景には、男女で、友人とのかかわり方に違いがある可能性が考えられた。研究Ⅲでは、対人ストレス場面におけ

る「親和型対処」および「攻撃型対処」ともに、「休日に集団で行った運動遊び時間」が影響を与えることが明らかになった。この結果は、野本・石野（2015）の「集団での遊びには、社会的スキルを高める効果がある」という結果を支持する形となった。

表1 小学生版対人ストレスユーモア尺度の因子分析結果（因子負荷量、共通性および $\alpha$ 係数）

項目	因子負荷量		
	I	II	共通性
第Ⅰ因子：親和型対処（ $\alpha = .798$ ）			
相手の反応を上手に利用して、笑いに変える	0.74	-0.09	0.33
相手の反応を考えて、その場を楽しむ	0.62	-0.02	0.33
相手の発言にツッコミを入れることで、笑いを取ろうとする	0.61	0.08	0.49
自分の欠点や弱点をネタにする	0.60	0.08	0.42
オーバーリアクションをする	0.58	-0.02	0.56
自分から急に話題を変える	0.57	0.07	0.42
第Ⅱ因子：攻撃型対処（ $\alpha = .771$ ）			
相手をからかう	-0.16	0.89	0.67
相手にじょうだんで少しいじわるを言う	0.03	0.73	0.44
自分から急に話題を変える	0.14	0.56	0.38
相手にちょっかいをだす	0.19	0.45	0.38

## 4. 結論

対人ストレスユーモア対処と子どもの運動遊びの間には、有意な関係が認められ、子どもが集団で運動遊びを行うことでユーモアの形成に影響を与えていることの一部が証明された。子どもが集団での運動遊びに親しむことを通して、身体的効果を得るだけでなく、人間性や社会性を獲得し、そのことが子どものストレス軽減に役立つ可能性が示された。

## <参考文献>

- 野本浩太郎・石野陽子（2015）小学校高学年児童における遊び能力と社会的スキルの心理学的研究。教育臨床総合研究、14、75-88。
- 高岡しの（2015）対人ストレス対処のために産出されたユーモアの分類と出現頻度。笑い学研究、22、63-74。