

## 特集：青少年暴力の原因究明と対策

### 「キレル」に関する中高生の生活状況調査からの検討

小林正子

国立保健医療科学院生涯保健部

#### A Study on “Kireru” from the Survey of Life Conditions among Junior and Senior High School Students

Masako KOBAYASHI

Department of Health Promotion and Research, National Institute of Public Health

#### 抄録

「キレル」という言葉が日常的に使われるようになった昨今だが、思春期の子どもはどのような意味でこの言葉を使い、自分がどの程度「キレル」と感じているのか実態を把握し、さらに、このような傾向がみられるようになった原因や背景について検討することを目的に、首都圏に住む中学・高校生約5000名を対象に「キレル」についての考えや生活状況項目を中心とした質問紙調査を行った。その結果、「キレル」の基準は個人によって異なるが、中高生の大方は犯罪を起こすような深刻な意味ではなく、やや大げさな言動をとることを日常的に「キレル」と表現し、また、そのような軽い意味で捉えている者はキレル頻度も高いと自己評価している傾向が把握された。また、キレ易いことは、食事を一人で食べることや家族との会話不足などと関連があり、睡眠不足や負担感、イライラ感をため込んでいる日常生活や「いじめ」とも関連がみられた。自由記述からは、子どもたちが家庭や学校、社会に対して不満を多く持ち、友達関係にも気をつかい、総合的に気持ちが晴れず重圧感やストレスをため込んでいるという実態が捉えられた。本調査から、食事などを通しての家族との会話や生活リズム確立の重要性、親への支援の必要性、さらには、「いじめ」を容認することのない社会のあり方を含めた対策の必要性が示唆された。

キーワード：キレル、いじめ、家族の会話、生活リズム、イライラ感

#### Abstract :

**Purpose:** The purpose of this study is to examine the contributing factors in the recent prevalence of “kireru” among junior and senior high school students through the analysis of the survey on their definitions of “kireru”, situations in which such behavior occurs, and their life condition.

**Subjects and methods:** The data were obtained by a questionnaire. The sample consists of 5138 junior and senior high school students from schools in metropolitan area (Tokyo, Kanagawa, and Saitama). Participants filled in the questionnaire at schools. The questionnaire consisted of questions about the meaning of “kireru”, frequencies of “kireru”, family environment, eating habits, sleep, club activities, and relationships with friends. The relationship between each variable and “kireru” were examined.

**Result:** Although students have different definitions of “kireru”, most of them perceive “kireru” as rather exaggerated behavior, which can be seen in their daily life, but not as serious meaning such as criminal-prone acts. Students who think “kireru” is not a seriously violent behavior tend to believe that they apt to do “kireru” frequently. It was found that “kireru” is associated with taking meal alone, lack of family conversation, lack of sleep, feeling too much burden and irritation in daily life, and bullying. Open-end questions revealed that students had much stress in family, school and society. They feel depressed and oppressed, and had much stress regarding their relationship with their peers.

**Conclusion :** The implications of the finding for understanding “kireru” and directions for measures are discussed.

〒351-0197 埼玉県和光市南2-3-6  
2-3-6 Minami Wako, Saitama-ken, 351-0197, Japan.

Enhancing family conversation during meal, fixing daily rhythm, supporting parents, and promoting the society which does not accept bullying would be key measures against “kireru” behavior.

**Keywords** : “kireru” , bullying, family conversation, daily rhythm, irritation

## 研究目的

中学・高校生が「キレル」についてどのように捉えているか、またキレルことの実態や生活状況を調査し、キレル傾向に影響を及ぼす要因について検討する。

## 対象と方法

首都圏（東京都、神奈川県、埼玉県）に住む中学生と高校生を対象に、学校を通して質問紙調査を実施した。調査は2002年1月から3月にかけて行った。質問の内容は、「キレル」という言葉の意味やキレル頻度等について、さらに、家庭環境や食事、睡眠、部活動、いじめの経験、友達関係などについて尋ね、キレルこととの関連をみた。

**結果**（単純集計結果の詳細については平成13年度報告書より参照）。

「キレル」という言葉の意味や現状を把握し、さらに「キレル」現象の背景を検討するために、首都圏の中高生を対象に質問紙調査を行い、中学生2448名、高校生2690名、合計5138名から回答を得た。男女比は6:4で、中学生ではほぼ半々だったが、高校生は男子65.4%、女子34.6%と男子の方が多かった。年齢は、12～13歳が20.4%、14～15歳が29.8%、16～17歳が最も多く43.2%、18～19歳が5.5%だった。

どんな時にキレたか、については、「他の生徒に嫌なことをいわれたとき」44.0%、「親に注意されたとき」35.3%、「誤解されたとき」28.2%、「自分の思うとおりにならなかったとき」26.2%で、生徒間のトラブルが最も高かった。そのときの態度は、「大声で怒鳴った」や「相手を無視した」が多く、次に叩く・殴るなどの暴力行為が挙げられた。

キレた後どんな気分になったかは、「キレて気分がすっきりした」という子どもは17%に留まり、「後で嫌な気分になる」「後悔する」「もうキレないようにしようと思う」「自分がとても嫌になる」など、反省・後悔を選択した子どもが多かった。

### a. 「キレル」頻度

表1 キレル頻度による分類

区分	質問表での項目
よくキレル	①しょっちゅうある
	②1日1回くらいはある
	③1週間に何回かはある
	④時々キレル
たまにキレル	⑤数回キレたことがある
	⑥1,2回キレたことがある
我慢する	⑦キレそうになったが、我慢した
キレたことはない	⑧キレそうになったことはないし、キレた経験もない

「しょっちゅうある」5.3%、「1日1回くらいはある」3.2%、「1週間に何回かはある」5.2%、「時々キレル」24.3%を「よくキレル」グループとした。ここには約4割が含まれた。

「しょっちゅうある」は男子より女子の方が多く、中学生が高校生より高率だった。また、「数回キレたことがある」15%、「1,2回キレたことがある」13.2%を「たまにキレル」グループとした。「キレそうになったが、がまんした」23.2%は「我慢する」グループとした。「キレそうになったことはないし、キレた経験もない」10.6%は「キレたことはない」グループとした（表1）。

### b. 「キレル」という言葉を使うときの意味

全体では、「ちょっとカッとした程度という意味で」38.5%、「かなり興奮した状態をさして」35%、「全く冷静な判断ができなくなる状態をさして」24%だった。しかし、「ちょっとカッとした程度という意味で」は中学生に多く、高校生では「キレル」の意味を「かなり興奮した状態をさして」や「全く冷静な判断ができなくなる状態をさして」として使っている割合が高くなっていった。

### c. 「キレル」の本当の意味

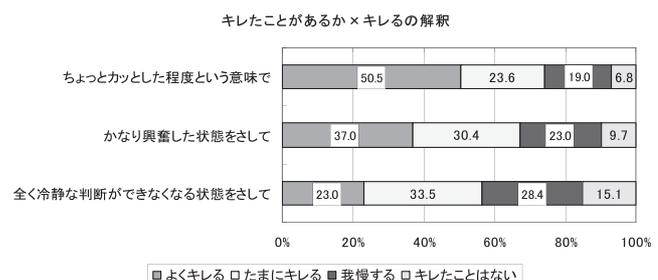
全体では、「気持ちの上で我慢できなくなり、普段と違う乱暴な行動や言葉使いをすること」とが69%と約7割を占め、「突然びっくりするほどの大声をあげたり暴れたりすること」や「日頃おとなしい人が突然凶暴な行動に出ること」は12.2%、15.6%であった。

## 「キレル」頻度（表1の分類）との関連

### 1. 「キレル」という言葉の解釈の仕方との関係

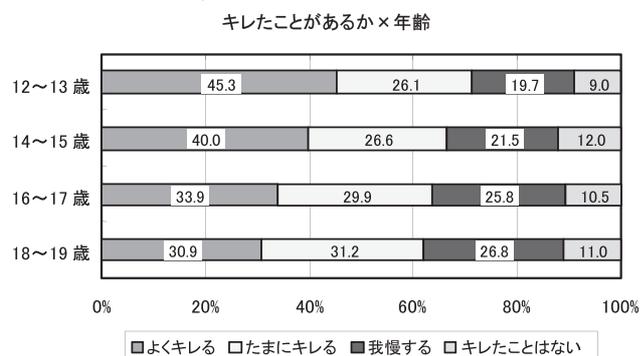
キレルという言葉の解釈について、意味の深刻さが増すに従い、キレやすいと答える頻度が下がっている。これは「よくキレル」子どもたちはキレルという言葉を経験した意味で捉えており、逆に「我慢する」「キレたことはない」とする子どもたちはキレルという言葉を経験していないことを示している。

またキレやすさとキレルということの本当の意味の捉え方については、捉え方によっての大きな差は認められなかった。



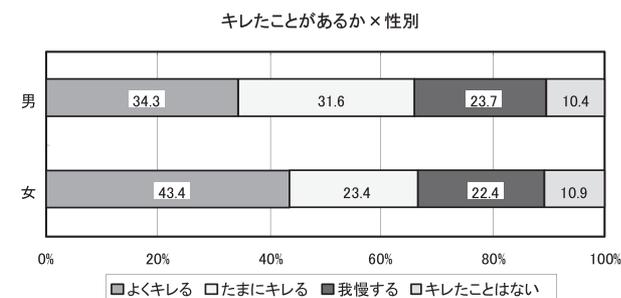
## 2. 年齢との関係

年齢との関係では、加齢と共に「よくキレル」「たまにキレル」割合が減少し、「我慢する」の割合が上昇していた。



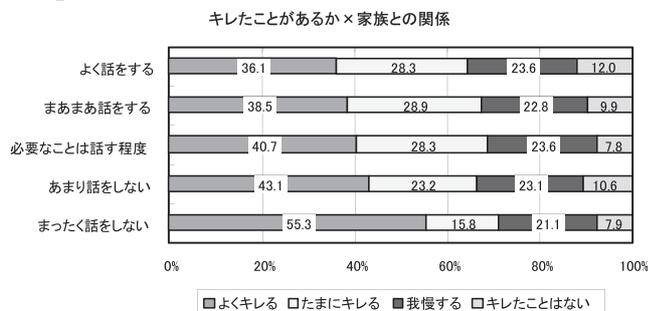
## 3. 性別との関係

性別による差は男女で明確に現れている。「よくキレル」「たまにキレル」を合計すると性別による差はほとんどみられないが、男子は「たまにキレル」が高く、女子は「よくキレル」が高かった。



## 4. 家族との会話との関係

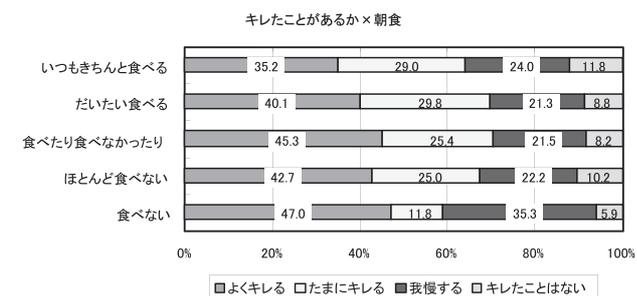
家族との会話の関係では、日常的な家族とのコミュニケーションによって、切れる割合が変化することが示された。「よくキレル」と「たまにキレル」を合計して見た場合は全区分あまり変わらないが、「よくキレル」だけを見ると、「家族とよく話をする」ほうがキレル割合が抑えられていた。「家族と全く話をしない」と答えた子どもは、過半数が「よくキレル」と自己認識していた。



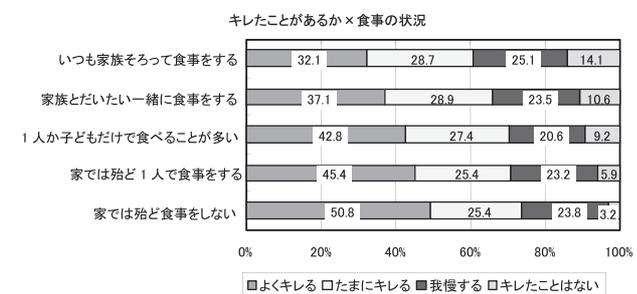
## 5. 食事との関係

食事との関係では、朝食を食べている頻度が高いほうが「よくキレル」割合の低いことが示された。また非常に特徴

的な傾向として「朝食を食べない」と答えた子どものうち35%がキレルことを「我慢する」と答えていた。

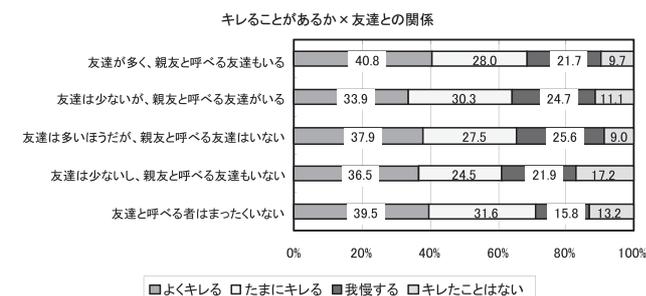


また食事の状況については、家族揃ってと食事をするほうがキレル割合の少ないことが示された。また、家族とのコミュニケーションが不足するほど「キレたことはない」が、減少傾向を示した。



## 6. 友達との関係

友達との関係では、家族とのコミュニケーションほど明確な差が現れなかった。但し、「友達と呼べる者はまったくいない」はキレル割合が最も高いという特徴は把握された。しかし、「友達も多く、親友と呼べる友達もいる」と答えた子どもが「よくキレル」比率が高く、「友達が少ないし、親友と呼べる友達もいない」と答えた子どもがキレル割合が最も少なくなっており、統一した傾向はみられなかった。



## 7. 睡眠との関係

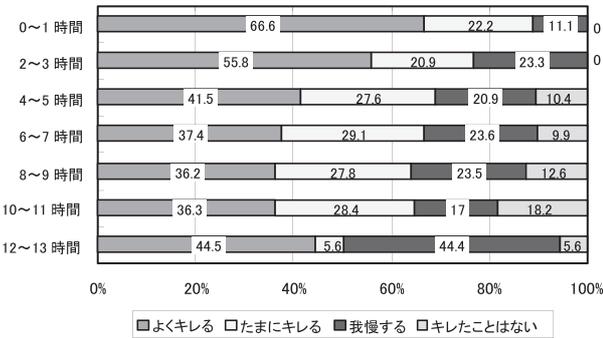
キレルことと就寝・起床時間について、時間帯による大きな差異は認められなかった。しかし、睡眠時間が長くなるほどキレル割合が減少していた。

キレルことと熟睡できるかについては、熟睡できない場合はキレル頻度が高いことが示された。

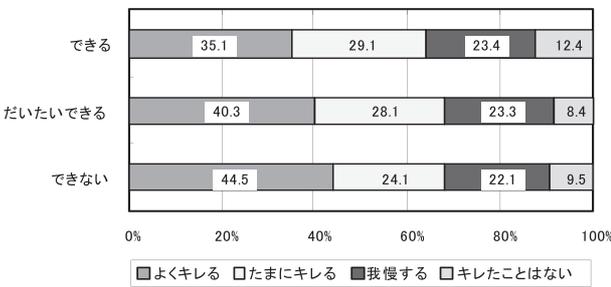
一方、眠気についてはより密接な関連性が示された。「い

つも眠い」と答えた子どもはキレル割合が7割に達し、「眠くない」と答えた子どもではその割合が5割強に抑えられていた。

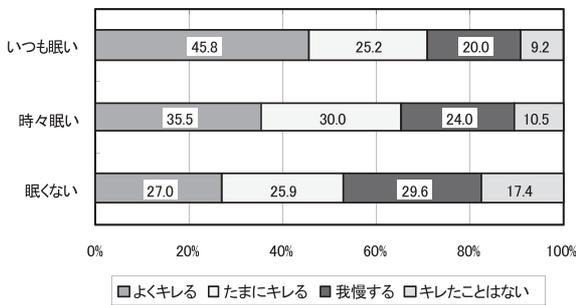
キれたことがあるか×平日睡眠時間



キれたことがあるか×熟睡



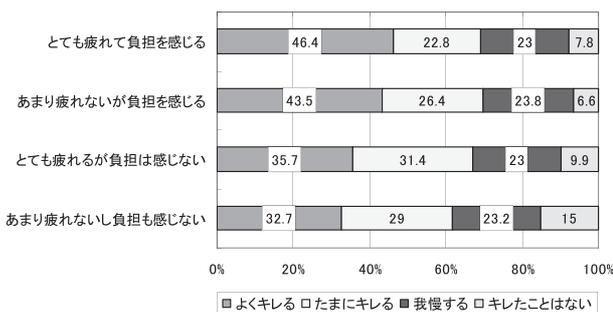
キれたことがあるか×眠気



### 8. 部活動との関係

部活をやっていることとキレルことについては、運動部に入部している子どもが若干「よくキレル」傾向が強いものの、部活動の所属の有無はキレルことと大きな関連はみられなかった。しかし、部活での疲労と負担感は、疲れに関係なく

キれたことがあるか×部活動での疲労

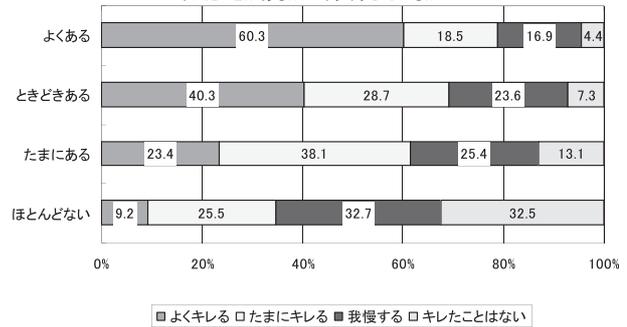


「負担を感じる」と回答した方がキレル割合が高く、「キレル」に関しては、「疲労」よりも「負担」が関連していた。

### 9. イライラしていることとの関係

イライラしていることは「キレル」と密接に関係しており、イライラしていることが「よくある」と答えた子どもは6割が「よくキレル」、「たまにキレル」が2割弱で、合計約8割がキレルとしており、イライラしていることがなくなるほどキレル割合が減少していた。特にイライラしていることが「ほとんどない」子どもたちは、「我慢する」32.7%、「キれたことはない」32.5%で、合わせて65%が「キレル」として

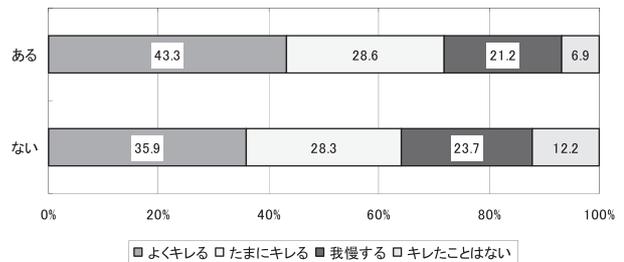
キれたことがあるか×イライラしているか



### 10. いじめとの関係

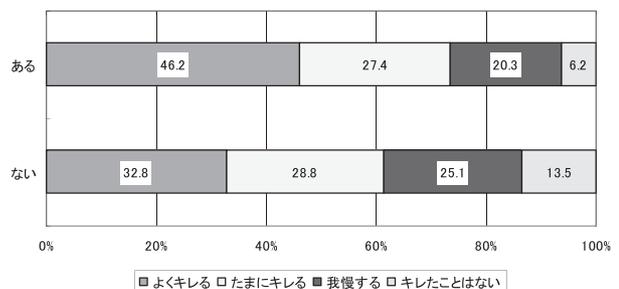
キレルことといじめられた（被害者）経験の関係は、いじめられたことがあるとした子どもの方がよりキレル傾向であることが示された。

キれたことがあるか×いじめられた経験



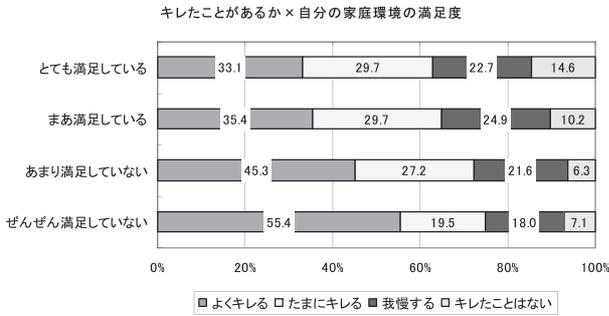
逆にいじめた（加害者）経験においても、いじめた経験のある方がないほうよりもキレル傾向にあることが示された。

キれたことがあるか×いじめた経験



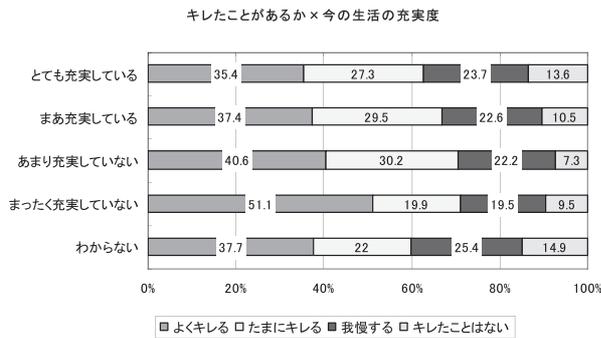
### 11. 家庭環境の満足度との関係

家庭環境との関係では、満足度とキレやすい頻度が大きく関係しているのがわかる。家庭環境に満足している子どもは「よくキレル」割合が少ないことに対して、「家庭環境にぜんぜん満足していない」子どもは55.4%が「よくキレル」を選択している。



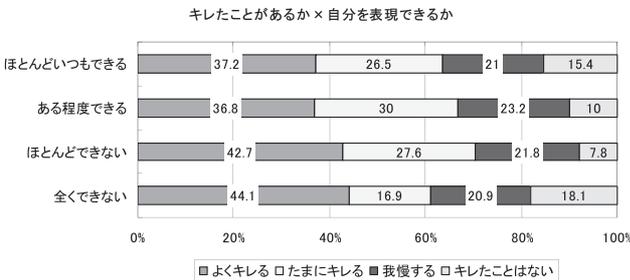
### 12. 今の生活の充実度との関係

今の生活の充実度は、家族環境の満足度と同様に、不満があるほどキレル頻度が高いことが示された。



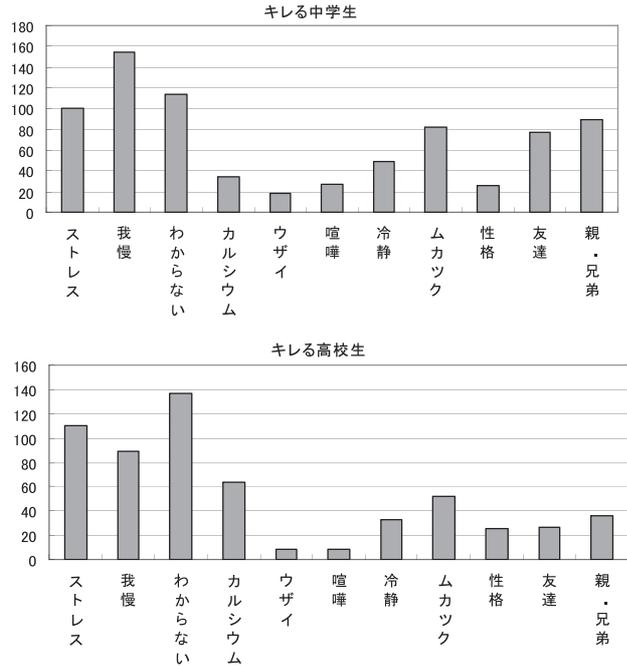
### 13. 自己表現との関係

自己表現ができないほど「よくキレル」を選択する傾向にあった。しかし、自分を表現することが「全くできない」と解答した層は「よくキレル」を選択した割合も高いことと同時に、「キレたことは無い」を選択する割合も最も高いという傾向を示した。



### 14. 自由記載

回答中のキーワードを拾い上げ、各言葉の絶対数を以下に図示した。



### 考察

キレルという言葉については、明確な定義がなく、尺度が個人によってかなり違うことが明らかになった。「イライラ・ムカつく・ウザイ」という言葉がかなりみられたが、それらは「キレル」とは違うと認識している。しかし、怒ることを「キレル」と思う子どももいれば、自暴自棄になり記憶がなくなることを「キレル」と認識している子どももあり、子ども間でも明確な定義はないといえる。それでも「キレル」の意味の深刻さが増すに従い、キレやすいと答える頻度が下がっていた。これは「よくキレル」子どもたちは、キレルという言葉を軽い意味で捉えており、逆に「我慢する」「キレたことはない」とする子どもたちは、キレルという言葉を重く受け取っていることを示している。

家族との会話とキレルの関係では、日常的な家族とのコミュニケーションによってキレル割合が変化しており、家族とのコミュニケーションをよくとれている子どもはキレル頻度が少ないことが示された。逆に、「家族と全く話をしない」と答えた子どもは過半数が「よくキレル」と自己認識している。これは、思春期の子どもたちに対して家族がコミュニケーションを頻繁に取ればキレル頻度を抑えることができるということを示唆しており、家族との会話の重要性が強調される。

友達との関係では統一した傾向は把握できなかったが、これはむしろ一口で友達といっても実際は複雑な関係であることが現れているように思える。自由記載をみると、友達とキレル頻度については重要な関連があるのではないかと推測できる。

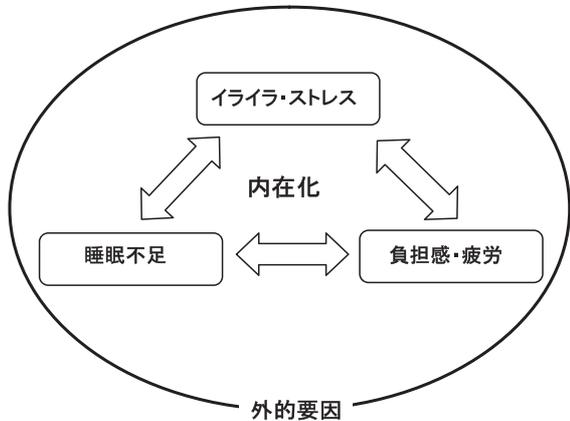
食事との関係では、朝食を食べている頻度が高いほうがキレル割合の低いという結果と同時に、「朝食を食べない」と答えた子どものうち35%が「キレずに我慢する」と答えていた。

こうした両極の回答が得られた理由については今後の課題として検討する必要がある。しかし、家族揃って食事をするほうがキレル割合が少ないという結果が示されたことは注目すべきである。食事の時間や食事相手については、少年院においても調査が行われており、非行と密接な関連のあることが指摘されている<sup>2)</sup>。不規則な食事や孤独な食事が体調を崩し、身体の問題が心の問題にもつながることが推測される。

睡眠時間とキレやすさについては関連性がみられた。平日の睡眠時間が2～3時間の者では8割弱がよくキレルと回答していた。さらに、眠気とは密接な関係がみられた。「いつも眠い」と答えた子どもはキレル割合が7割に達しているが、これは、睡眠時間のズレが生活リズムを乱し、身体や心の状態にも影響を及ぼす<sup>3)</sup>のではないかと考えられる。食事とも合わせて、日々の生活リズムの確立が心身の健康の維持に大切であることが指摘できる。

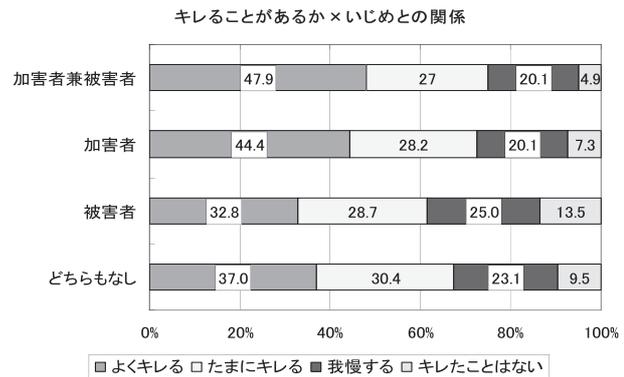
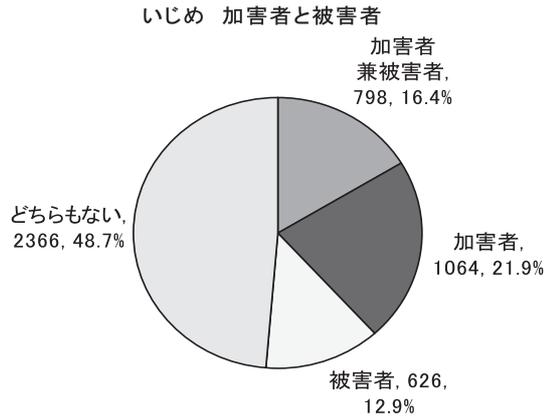
部活動での疲労と負担感については、たとえ部活動で疲れても負担を感じなければ「キレたことはない」割合が多く、「疲労」よりも「負担」の方が直接的な原因になるものと考えられた。

このように、「睡眠時間」「負担感・疲労」「ストレス・イライラ」はキレルことと密接に関連する傾向が示されており、この3つが相まってキレル要素が内在化していると考えられる。この連鎖を断ち切ることが、キレル傾向に歯止めをかけるために必要と思われるが、それにはまず生活リズムを整えることが肝要である。



また、いじめられた（被害者）経験との関係は、いじめられた側（被害者）も、いじめた側（加害者）もキレやすいことが示された。そこで、本調査のいじめに関する回答を「加害者兼被害者」「加害者」「被害者」「どちらでもない」の4グループに分類し、これらとキレル頻度との関連をみたところ、加害者側の方が被害者側よりもキレル傾向が強く、しかも、一方的な加害者よりも加害者兼被害者グループの方がキレやすいという結果が得られた。

これは、いじめにあった者が再びいじめられないためにいじめ側になり、キレルという行動をとるなどして自己防衛を図っているのではないかと推察される。また、いじめの被



害者のみのグループでは、「我慢する」「キレたことはない」が多くなっていった。これより、いじめの被害に遭った子どもは日頃じっと我慢をしているという状況が想定されるが、それが突然キレた場合は大きな事件に繋がるような可能性も考えられる。いじめに関してはさらなる検討が必要であるが、親や教師、社会全体としても、いじめは絶対に防がねばならないという認識を持つことが重要である。

家庭環境の満足度とキレやすさとは大きく関係していた。家庭環境に満足している子どもは「よくキレル」割合が少ないことに対して、「家庭環境にぜんぜん満足していない」子どもは半数以上が「よくキレル」と答えていた。

自己表現とキレル頻度については、自己表現ができないほど「よくキレル」を選択する傾向にあった。しかし自分を表現することが「全くできない」と解答した層は「よくキレル」を選択した割合も高いが、同時に「キレたことは無い」を選択する割合も最も高かった。自分を言葉で表現する能力は人間関係を円滑にする手段として重要であるが、それができなければ行動でキレルことに繋がってしまう。家庭や学校教育の中で、自分の気持ちを言葉できちんと表現できる能力を確実に身につけさせることが求められる。

「キレル」に関する自由回答では、キレル原因は「ストレス」との記述が多かった。解決手段としては、「我慢するしかない」「カルシウムを取る」とし、「話のできる親や友達を持つ」ことも多くの子どものたちが記述していた。しかし、キレル原因に「カルシウム不足」を挙げた子どもの数の多さが目立ち、テレビ等の影響の強さが感じられた。

一方で、「もっとコミュニケーションを取ればキレなく

なるのでは」という意見も多く、言葉による表現力の重要性を認識しているが、翻ってこれは、現在の子どもが親や友人など人間関係が希薄であることを示唆しているとも考えられる。

また、友人関係においても、普通なら嫌な相手とは付き合わなければいいところを孤独感から逃れるために友人となり、結局ストレスとなって「キレてしまう」という悪循環もあるように思われる。

子どもたちの中にはキレルということに対しての抵抗がなくなりつつあることも読み取れる。キレルことを容認する意見もみられ、さらに、「我慢する」「キレない」子どもたちの多くは、「別にキレてもいいが、自分に迷惑だけはかけないでくれ、後は勝手にやってくれ」「別に他人はどうでもいい・関心がない」という空気も同時に存在した。

また、キレルことはストレス解消の1つの手段と捉える子どもたちもいた。「定期的にキレていないとおかしくなる」「他人にキレルことを止める権利はない」など、「キレルことは悪いことではない」という考えから、スポーツや趣味と同様に、キレルことでストレスを発散するという子どもたちが出現している。

しかし、その一方で、「キレル人の気持ちもわかるけど、でも自分はキレないように努力している」という立場をとる子どもも存在し、現在の風潮に対して真摯な意見も多くみられた。こうした子どもたちを無視して、大人までもがキレル現象を増長させるような態度をとってはならない。親、教師、学校、マスコミの責任は重大である。

## 結論

「キレル」という現象を掘り下げてみると、親を筆頭に大人社会のあり方が大きく影響していることが感じられた。子どもは親や教師を無視したりうるさがったりしているが、それでも大人の生き方を見つめており、とくに親を頼り、親が自分をどう思っているかを大いに気にしているのである。本調査からは、キレルことを肯定している子どもは少数で、キレた後はイヤな気分になることを経験しており、「キレル」という風潮に巻き込まれているだけの子どもが多いことも明らかになった。

今後、「キレル」子どもをなくしていくためには、まず、食事や家族の会話、コミュニケーションの問題を解決することが大切だが、根本的には生活リズムの確立による心身の健康や安定を図る対策が必要であり、そのためには親の育児支援や親の教育、夜型社会の見直しまでも求められる。また、子どもばかりでなく大人にも広がる「いじめ」をなくすなど、社会のあり方全体を見直す必要性が本調査より示唆された。

## 文献

- 1) 小林正子, 加藤則子. 《キレル》に関する首都圏の中学・高校生の意識と実態および生活環境からの検討. 厚生科学研究費補助金厚生科学特別研究事業「思春期の暴力行為の原因究明と対策に関する研究」(主任研究者:小林秀資.) 平成13年度分担研究報告書. 2001. p. 19-149.
- 2) 山口幸伸. 豊ヶ岡学園における健康問題への取組. 刑政 2002;113(10):60-71.
- 3) 三池輝久. 疲れやすいと訴える子どもの高次脳機能に関する研究. 厚生労働科学研究子ども家庭総合研究事業「思春期の保健対策の強化及び健康教育の推進に関する研究」平成14年度総括研究報告書(第3/11). 2003. p.5-10.