

令和 6 年 6 月 8 日現在

機関番号：13801

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2020～2023

課題番号：20K03362

研究課題名（和文）不登校予防につながる子どものレジリエンススキルの縦断的・質的解明

研究課題名（英文）Longitudinal and qualitative elucidation of children's resilience skills to prevent truancy

研究代表者

小林 朋子（Kobayashi, Tomoko）

静岡大学・教育学部・教授

研究者番号：90337733

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,300,000円

研究成果の概要（和文）：子どものレジリエンススキルに関して縦断および質的研究を通して、いくつかの知見を明らかにすることができた。1点目は、ストレスは不登校傾向に影響を与えていたが、小中共にレジリエンススキルが不登校傾向を抑制することが示された。さらに縦断研究で、レジリエンススキルの3つの因子で小5から中2にかけて増加した後に減少に転じることが明らかになった。またレジリエンスが上昇し、かつ適応状態が改善した子どもを対象としたインタビュー面接により、「生活習慣」や「ポジティブな考え方」が共通してあげられた。こうしたレジリエンススキルを学ぶプログラムにより、不登校傾向が低下することが明らかになった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究では、小中学生の不登校傾向をレジリエンススキルが抑制すること、さらにこれまでの研究成果に基づいたプログラムにより、レジリエンススキルの向上、不登校傾向の抑制を確認することができた。不登校児童生徒が30万人を超え、社会問題となっていることから、予防的および回復の観点からもレジリエンススキルを活かせると考えられる。

研究成果の概要（英文）：Through longitudinal and qualitative research on children's resilience skills, several significant findings were identified. Firstly, it was observed that stressors influenced tendencies toward school refusal; however, resilience skills mitigated these tendencies in both elementary and middle school students. Furthermore, longitudinal analysis revealed that resilience skills increased from fifth grade to eighth grade across three key factors before experiencing a decline. Interviews with children who demonstrated increased resilience and improved adjustment highlighted "lifestyle" and "positive thinking" as common contributing factors. The implementation of a program designed to teach these resilience skills was found to reduce the propensity for school absenteeism.

研究分野：教育心理学

キーワード：レジリエンス 不登校傾向 小中学生

## 1. 研究開始当初の背景

不登校児童生徒が 10 万人以上という高い水準のまま推移しており、さらに学校に行っているものの不登校傾向にある中学生は 33 万人いるという推計がある(日本財団,2018)。文部科学省は、不登校はどの児童生徒にも起こりうるものとして、魅力ある学級づくり、家庭との連携、早期対応など様々な対応を行っているが厳しい状況が続いており、「社会的自立」に向けて不登校の「予防」、そして「回復」を促すことが喫緊の課題となっている。不登校の要因は、本人に関する要因だけでなく、家庭・学校・友人関係など様々な要因が関係しており(文部科学省,2016)、これらの要因が互いに作用している。社会的自立に向けて、友人関係など様々な要因が絡むストレスフルな状況は避けられないことから時に、子どもたちがそうした状況におかれても乗り越える「力」をつけてもらうことが必要になる。

そこで、近年注目されている心理変数の一つにレジリエンス(resilience)がある。レジリエンスはいくつかの定義があるが、アメリカ心理学会(APA)はレジリエンスを「うまく適応するプロセス」とし、特性ではなく個人の認知や行動の中に含まれるとしている。さらにこの認知や行動をより具体的に捉えた概念として「レジリエンススキル」がある。「レジリエンスは個人が困難、難しさや挑戦に適応できるようにするスキル、属性、および能力であり、レジリエンススキルを習得し、強化することができる」(Alvord&Grados、2005)。つまり、困難な状況におかれた時に習得したスキルを発揮していくことで周囲とのポジティブな相互作用が起き、この相互作用のプロセスを経ていきながら適応していくと考えられる。またスキルとして捉えることで、学ぶことが可能となる。しかし、レジリエンススキルについては研究方法の基礎となる尺度に関してでさえ欧米でも限られており、Hurtes & Allen (2001)や Sinclair & Wallston (2004)があるが、高校生以上となっており小学生から適用できるものはない。このことから欧米においても、子どものレジリエンススキルについて研究が進んでいるとは言い難い。また日本では「特性」の研究が多く、プロセスで捉えている研究が少ないため、子どもたちの適応を支援する手立てとして活用されるに至っていない。さらにプロセスで発揮されるレジリエンススキルに着目した研究はない。

不登校は様々な要因で起こっていることから、困難な状況から回復するプロセスで発揮されるレジリエンススキルに着目する必要がある。そこで申請者らは、Alvord & Grados (2005)や Alvord, Zuker and Grados(2011)の知見を参考に「子ども用レジリエンススキル尺度」を作成し、縦断調査を通して小学 4 年から高校 3 年までのレジリエンススキルの推移を把握している。同時に、不登校傾向を抑制するレジリエンススキルについて明らかにした(小林ら,2018;五十嵐ら,2018;小林ら,2019)。一連の横断的研究で、レジリエンススキルは高校生が最も低いこと、さらに小、中、高のいずれもレジリエンススキルの一つである「客観的な捉え方」が高いと不登校傾向を抑制することが明らかになった(小林ら,2019)。しかし、縦断的データを用いて小学生時のレジリエンススキルが、不登校が急激に増える中学校時の不登校傾向(の低下)を予測するかどうかは確認されていない抑制するのかわかっていない。

また、Werner&Smith (2001)のレジリエンス研究では、ハイリスクの子どもを追った 40 年間の縦断調査により、社会に適応していた人が発揮していたスキルや能力を明らかにしている。登校時代を引きずり今の自分にも将来の自分にも希望を見いだせていない子どももいるが(伊藤ら,2013)、不登校経験者の約 8 割が就学就労している(金子・伊藤,2018)。そのため不登校から回復できた子どもが、実際にどのようなレジリエンススキルを発揮し、その際にどのような条件・感情であったかをプロセスとして捉え明らかにすることで、回復するために必要なレジリエンススキルとそれが発揮できる条件・環境が明確化し、周囲の支援内容についても考察することができる。

## 2. 研究の目的

本研究は、子どものレジリエンススキルに着目し、不登校の予防、そしてすべての子どもの社会的自立の促進を目指し、基礎的かつ応用的な観点から、以下の 3 つの点を目的として行う。

### 目的 1

レジリエンススキルの縦断的変化に関する要因および不登校傾向の減少に関連するレジリエンススキルを明らかにする。

## 目的 2

量的および質的側面から、レジリエンススキルが不登校傾向を抑制する環境や条件を明らかにする。

## 目的 3

成果を基に、レジリエンススキルを促進する教材開発とその効果の検証を行う。

### 3. 研究の方法および研究成果

#### (1) 個人および環境における要因に着目したレジリエンス文献研究

新型コロナウイルス感染症の拡大のため、当初の調査予定が計画通りに進めることが難しい状況であった。そのため、日本における子どもを対象としたレジリエンス研究、そして学校危機の各段階におけるレジリエンスの報告などを概観しながら、小泉(2016)の報告にならない、今後、新たに発生するであろう「学校危機」に備える意味で、日本の学校現場におけるレジリエンスの育成について実践的なアプローチを提案するための文献調査を行った。

小学生から高校生までの先行研究を概観すると、①各段階におけるレジリエンス尺度の作成、②レジリエンスと個人内要因との関連(自尊感情、精神的健康やストレス反応等)、③レジリエンスと環境要因との関連(ソーシャルサポート、家庭環境等)に分類できる。これらをふまえ、日本の子どもを対象としたレジリエンス研究を発展させていくためには、同一尺度を用いた縦断調査により小学生から高校生までの推移を追跡することや、小学校低学年を対象とした調査方法についても検討される必要があると考えられる。

さらに日本の学校で子どもたちのレジリエンスを促進するためには、プログラムにより子どもたちに直接、レジリエンスの保護因子に関係する知識やスキルの学びを提供する「授業アプローチ型」。そして「教育活動型」ではカリキュラム、そして学級経営や教師の関わり、などがあげられ、これらはそれぞれ独立しているのではなく、「相互作用」により、より促進されるものであると考えられた。これについては、小林(2021)の論文にまとめた。

#### <成果発表>

小林朋子(2021). 学校教育を活かした子どものレジリエンスの育成—学校危機の予防と回復を支えるアプローチ— 教育心理学年報, 60, 155-174.

#### (2) レジリエンススキルに関する研究

毎年9月に小4から中3までの児童生徒を対象としたアンケート調査を行った。調査内容は①小中学生用不登校傾向尺度(五十嵐,2015):「全般的な登校意欲の喪失傾向」「享乐的活動の優先傾向」「心理的な不調傾向」の3因子 ②ストレス反応質問紙(石原・福田,2007):「不安・抑うつ」「身体不調」「イライラ」「慢性疲労」「気力減退」「意欲低下」の6因子 ③「日常ストレス」尺度(西野ら,2009):「友人関係」「学業」「家庭」の3因子、④子ども用レジリエンススキル尺度、の4つの尺度を用いた。

2021年度は、S県内の国公立学校の小学生1,251名、中学生3,306名、高校生1,470名計6,027名であった。その結果、レジリエンススキルでは例年と異なり、小6と中1が例年よりも低い傾向であったことがわかった。さらにストレス反応の推移をみると、小6と高校生がここ5年間の中で最も高い数値であった。このことから高校生全体および中学1年生の不登校に対する早期対応や、ストレスマネジメントなどの予防を積極的に行っていく必要があることが示唆された。こうした数値の変化は、新型コロナウイルス感染症の拡大によるメンタルヘルスへの影響が指摘されているが、これがその影響によるものなのかは今後の継続的な調査で明らかにしていく予定が考えられた。

2022年度は、S県内の国公立学校の小学生1,129名、中学生2,276名、計3,405名を対象としたアンケート調査を実施した。不登校傾向の下位尺度と他の尺度の相関を校種ごとに算出した結果、低～中程度の相関であった。また、「全般的な登校意欲の喪失傾向」と「心理的な不調傾向」において交互作用が有意であった。単純主効果を調べたところ、いずれの下位尺度も中学生で女子が男子よりも高く、女子は小学生よりも中学生で高いことが明らかになった。五十嵐(2015)では交互作用が認められていなかったことから、コロナ禍の影響かどうか引き続き追跡していく必要があると考えられる。引き続き、2023年度もA県内の小学校16校 中学校16校 高

校4校に在籍する小4から高3まで7810名を対象とした調査を実施した。

これまでの4年間分のレジリエンススキルの縦断データを用いて、小5から中2にかけての4時点データを用いて、潜在成長曲線モデルを作成した。その際に、レジリエンススキルは子ども用レジリエンススキル尺度(小林・五十嵐・中井,2024)を用いた。この尺度は、「冷静な自他への関わり」「ポジティブな自己認識」「セルフケア」「ルーティン行動」の4因子で構成されている。その結果「冷静な自他への関わり」「ポジティブな自己認識」「セルフケア」は2次曲線モデルの適合度が高かったため、2次曲線モデルが採用された。しかし、「ルーティン行動」は2次曲線モデルおよび1次曲線モデルにおいても適合度が低かった。「冷静な自他への関わり」、「ポジティブな自己認識」および「セルフケア」は、小5から中2にかけて増加した後減少に転じるようになった。

次に、レジリエンススキルが不登校傾向への影響について明らかにした。学業、友人関係、家族に関するストレスは、小中学生のどちらにおいても全ての不登校傾向を有意に高めていることが明らかとなった。一方で、レジリエンススキルから不登校傾向への影響としては、小中共にレジリエンススキルが不登校傾向を抑制することが示された。インタビュー調査でも「生活習慣」や「ポジティブな考え方」があげられており、こうしたレジリエンススキルが学校適応を維持・促進することを明らかにできた。そのため、レジリエンスに関する授業でレジリエンススキルを身につけることで、不登校傾向を抑制できる可能性が示唆された。

#### <成果発表>

小林朋子・五十嵐哲也(2023).小中学生におけるレジリエンススキルと不登校傾向との関連(1)

—「友人関係」のストレスに焦点をあてて—,日本カウンセリング学会第55回総会

五十嵐哲也・小林朋子(2023).小中学生におけるレジリエンススキルと不登校傾向との関連(2)

—「学業」のストレスに焦点をあてて—,日本カウンセリング学会第55回総会

小林朋子・五十嵐哲也(2023).コロナ禍が続いたことによる小中学生の不登校傾向およびストレスとの関連,日本教育心理学会第65回総会

小林朋子(2023).小4から中2までのストレス反応に関する5年間縦断研究,2023年3月,日本発達心理学会第34回大会

小林朋子(2022).新型コロナウイルス感染症によるストレス反応や不登校傾向への影響について,日本学校保健学会第68回学術大会

\*2024年度に開催される日本教育心理学会と日本カウンセリング学会でも発表予定

#### (3) インタビュー調査

困難な状況におかれた時にこのレジリエンススキルを発揮していくことで周囲とのポジティブな相互作用が起き、この相互作用のプロセスを経ていきながら適応していくと考えられている。そこで中学生が困難な状況の中で発揮しているレジリエンススキルを明らかにするため、適応状態が改善しレジリエンスを発揮したと判断できる生徒を対象としたインタビュー調査を行った。

対象は、2019(もしくは2020)年度および2020(もしくは2021)年度に調査に協力してくれた中学2,3年生で、前年度からレジリエンス尺度得点が増加し、かつストレス反応や不登校傾向が特に改善した生徒の中から、本人及び保護者から協力が得られた生徒を対象にインタビュー調査を行った。面接では、不登校傾向からの回復過程で発揮されたレジリエンススキル(捉え方や行動)を確認し、その際の状況などを中心に尋ねた。その結果、生徒本人と保護者の同意が得られた4名のインタビュー調査から「生活習慣」や「ポジティブな考え方」など10項目が得られた。

#### (4) プログラムの実践とその効果の検証

中学校での総合的な学習の時間を活用し、レジリエンスに関する知識や行動の仕方を学ぶ内容と、それらをふまえて生徒が主体的に自身の関心あるテーマについて調べ学習を行う内容を組み合わせたプログラムを中学3年生20名を対象に、計21回行った。その結果、ポストテストでレジリエンススキルがすべて向上し、不登校傾向が減少したことが明らかになった。またレジリエンススキルの高低に関係なく、スキルが増加したことも確認された。本プログラムを通して、生徒が自分自身と向き合うだけでなく、授業で行った内容を日常で取り入れる事で、生徒が自身の変化を実感し、それを友人にも伝えようとしている事も明らかとなった。

他にも効果検証は行わなかったが、調査に協力して頂いた約 30 校での実践活動を行い、児童生徒や先生方からの意見や感想を基に修正などを行った。

<成果発表>

小林朋子・横山和佳乃・植木さつき(2022).「総合的な学習の時間」を活かしたレジリエンスプログラムの効果 静岡大学教育学部研究報告(人文・社会・自然科学編),73,174-183.

小林朋子・横山和佳乃・植木さつき(2022).「総合的な学習の時間」を活かしたレジリエンスプログラムの効果について(1),2022年8月、日本学校心理学会第24回大会

横山和佳乃・小林朋子・植木さつき(2022).「総合的な学習の時間」を活かしたレジリエンスプログラムの効果について(2),2022年8月、日本学校心理学会第24回大会

小林朋子(2022).「第4章 日本で効果のあるSELプログラム 6 レジリエンス包括プログラム(レジりんプログラム)」:ソーシャル・エモーショナル・ラーニング(SEL)非認知能力を育てる教育フレームワーク、渡辺弥生・小泉令三編著、福村出版(p210-217)

小林朋子(2022).「VUCA時代を生きる子どもたちのレジリエンスを育てるには」:日本の心理教育プログラム-心の健康と守る学校教育の再生と未来-,山崎勝之編著、福村出版(p44-59)

## 5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計8件（うち査読付論文 4件/うち国際共著 1件/うちオープンアクセス 3件）

1. 著者名 小林朋子・横山和佳乃・植木さつき	4. 巻 73
2. 論文標題 「総合的な学習の時間」を活かしたレジリエンスプログラムの効果	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 静岡大学教育学部研究報告（人文・社会・自然科学編）	6. 最初と最後の頁 174-183
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.14945/00029253	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -
1. 著者名 小林朋子	4. 巻 68
2. 論文標題 学校教育でレジリエンスを育む	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 指導と評価	6. 最初と最後の頁 26-29
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -
1. 著者名 小林朋子	4. 巻 73
2. 論文標題 レジリエンスの高め方	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 健康教室	6. 最初と最後の頁 39-43
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -
1. 著者名 渡辺弥生	4. 巻 360
2. 論文標題 「親になる」プロセスを支える子育ての環境づくりーソーシャル・エモーショナル・ラーニングのビジョンの共有	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 都市計画	6. 最初と最後の頁 78-81
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Yayoi Watanabe, Maiko Ikeda, Elina Saeki, & Mayu Higashida	4. 巻 17
2. 論文標題 Social-emotional learning and class climate among elementary-aged students in Japan	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 International Journal of School & Educational Psychology	6. 最初と最後の頁 207-217
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1080/21683603.2022.2075997	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 該当する

1. 著者名 小林朋子	4. 巻 60
2. 論文標題 学校教育を活かした子どものレジリエンスの育成 学校危機の予防と回復を支えるアプローチ	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 教育心理学年報	6. 最初と最後の頁 155-174
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.5926/arepj.60.155	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 小林朋子	4. 巻 100
2. 論文標題 危機の中でもたくましく生きる子どもを育てるには	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 教育調査研究所研究紀要	6. 最初と最後の頁 84-87
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 小林朋子	4. 巻 -
2. 論文標題 学校教育を活かした子どものレジリエンスの育成	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 教育心理学年報	6. 最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計11件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 小林朋子・横山和佳乃・植木さつき
2. 発表標題 「総合的な学習の時間」を活かしたレジリエンスプログラムの効果について(1)
3. 学会等名 日本学校心理学会第24回大会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 横山和佳乃・小林朋子・植木さつき
2. 発表標題 「総合的な学習の時間」を活かしたレジリエンスプログラムの効果について(2)
3. 学会等名 日本学校心理学会第24回大会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小林朋子
2. 発表標題 新型コロナウイルス感染症によるストレス反応や不登校傾向への影響
3. 学会等名 日本学校保健学会第68回学術大会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小林朋子
2. 発表標題 小4から中2までのストレス反応に関する5年間縦断研究
3. 学会等名 日本発達心理学会第34回大会
4. 発表年 2023年



1. 発表者名 小林朋子・五十嵐哲也
2. 発表標題 中学校段階での不登校傾向群における小学校段階でのストレス反応の推移について
3. 学会等名 日本教育心理学会第63回総会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 五十嵐哲也・小林朋子
2. 発表標題 小学校から中学校への不登校傾向の変化と小学校段階でのストレス反応との関連
3. 学会等名 日本教育心理学会第63回総会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 高橋花歩・小林朋子
2. 発表標題 中学生で東日本大震災を経験した青年が捉えた学校の支援に関する研究
3. 学会等名 日本教育心理学会第63回総会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 石本雄真・松本有貴・宮崎昭・小林朋子・渡辺弥生
2. 発表標題 子どもたちのポジティブな側面を伸ばす心理教育実践（自主シンポジウム）
3. 学会等名 日本教育心理学会第63回総会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 窪田由紀・富永良喜・小林朋子・樋渡孝徳・山下陽平
2. 発表標題 災害、事件・事故後の子どもの心理支援におけるアンケートの活用と表現を巡って（自主シンポジウム）
3. 学会等名 日本心理臨床学会第40回大会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 小林朋子
2. 発表標題 小中高校生における自動思考の発達の推移に関する研究
3. 学会等名 日本学校心理学会第23回大会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 窪田由紀・角野知彦・横山一乃・森永勇芽・原田恵理子・小林朋子・石隈利紀・小泉令三
2. 発表標題 学校不適応の予防と成長促進のための多様なアプローチ（大会実行委員会企画シンポジウム）
3. 学会等名 日本学校心理学会第23回大会
4. 発表年 2021年

〔図書〕 計4件

1. 著者名 小林朋子・渡辺弥生分担執筆（山崎勝之編著）	4. 発行年 2022年
2. 出版社 福村出版	5. 総ページ数 308
3. 書名 日本の心理教育プログラム-心の健康と守る学校教育の再生と未来-	

1. 著者名 渡辺弥生・小泉令三編著	4. 発行年 2022年
2. 出版社 福村出版	5. 総ページ数 248
3. 書名 ソーシャル・エモーショナル・ラーニング (SEL) 非認知能力を育てる教育フレームワーク	

1. 著者名 小林朋子訳 (Kevin,H著 伊藤靖・芦谷道子編集訳)	4. 発行年 2023年
2. 出版社 金剛出版	5. 総ページ数 304
3. 書名 マインドフルな先生、マインドフルな学校	

1. 著者名 渡辺弥生	4. 発行年 2022年
2. 出版社 フォレスト出版	5. 総ページ数 256
3. 書名 子どもに大切なことが伝わる親の言い方	

〔産業財産権〕

〔その他〕

<p>静岡大学教育学部小林朋子研究室HP  <a href="http://tomokoba.mt-100.com/">http://tomokoba.mt-100.com/</a></p>
---

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	渡邊 弥生  (Watanabe Yayoi)  (00210956)	法政大学・文学部・教授    (32675)	
研究分担者	古見 文一  (Furumi Fumikazu)  (70771848)	静岡大学・教育学部・講師    (13801)	
研究分担者	五十嵐 哲也  (Igarashi Tetsuya)  (90458141)	愛知教育大学・教育学部・准教授    (13902)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関