

**科学研究費助成事業 研究成果報告書**

平成 30 年 6 月 11 日現在

機関番号：12201

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2017

課題番号：26381253

研究課題名(和文) 児童期中期の精神的弾力性(レジリエンス)を育む教育プログラムの開発と実践

研究課題名(英文) Development of educational program about fostering resilience in middle childhood.

## 研究代表者

川原 誠司(KAWAHARA, Seishi)

宇都宮大学・教育学部・准教授

研究者番号：80302438

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,800,000円

研究成果の概要(和文)：調査研究では、大学生に回顧的調査を行い、児童期中期に精神的弾力性を涵養されたイメージと現在の精神的弾力性との間には統計的関連性が見られた。また、小学生を対象にした調査では、不安という精神的弾力性の阻害要因や自己効力感という精神的弾力性の一要因が学校生活に影響を及ぼすことが示された。

文献研究として、精神的弾力性についての実践を行った洋図書をレビューし、教育的働きかけの際に挙げられている要素についてまとめた。

実践研究については、以前に試行していた実践を本研究の知見を基に検討し、教育的働きかけの際には言葉以外の刺激呈示や他者視点の取り入れの必要性があることが示唆された。

研究成果の概要(英文)： In the survey research, a retrospective survey was conducted on university students, and statistical correlation was found between the image of fostering resilience in the middle childhood and the current resilience. In the survey for elementary school students, it was suggested that a factor of insensitivity to resilience as anxiety and a factor of resilience as self-efficacy affect school life.

As a literature study, reviewing foreign books on the practice of resilience was conducted, and summary of elements mentioned in educational intervention was conducted.

Regarding practical study, a former trial practice was examined based on the findings of this study, and in educational intervention, it is suggested that stimulus presentation other than the word, and others' perspective taking was necessary.

研究分野：教育心理学

キーワード：精神的弾力性 レジリエンス 児童期中期

### 1. 研究開始当初の背景

2008年度告示の新学習指導要領の柱に「生きる力」がある。この中には精神的健康に関する視点も当然含まれているはずで、教育的観点を学校現場でも模索している。

「精神的弾力性 (resilience)」とは、多少のストレス状況下に置かれても個人で復元・回復できる個人の精神的弾力性のことである。本報告者が過去に携わった研究においても、不登校の子どもの精神的弾力性が弱い部分があること (川原・増淵, 2004; 増淵・川原, 2004)、不登校についての保護者を中心とした関係者の会の中での話において精神的弾力性を育てる面が不十分であること、などが見えている (川原, 2010)。

「子どもの人格的成長を涵養する」という教育的目標からすると、「多少の困難な状況は受け止められ、それに対して適切な働きかけや発信ができるようにする」という成長力を育てることは必須である。しかし、現状では「嫌な思いをさせてはならない」といったことが「否定的な感情を喚起させてはならない」といった表面的対応に過度に置き換わって、精神的弾力性の視点が希薄になってしまう危険性も、本報告者の実践的活動からは耳目にすることが多い (川原, 2009)。

不登校の子どもに限らず、教育現場での子どもの精神的成長への効果的介入を促進するためにも、精神的弾力性の概念を導入する必要がある。比較的早期の段階で精神的弾力性に関する教育を施す必要がある、他者視点取得ができ始めるという点を考えると児童期中期での導入が好機であると考えられる。

### 2. 研究の目的

(1) 児童期中期に精神的弾力性を涵養することが人の成長に意味をもたらすのか。その発達の影響について確認する。

(2) 精神的弾力性に関してどのような要素があるかについて、統計的な分析や自由記述の分類をもとに検討する。

(3) 児童期中期を経た小学生が精神的弾力性に関する阻害要因や促進要因の中で学校教育をどのように送っているのか、その実情を検討する

(4) 児童期中期の精神的弾力性に関して実践的な働きかけをしている文献を概観し、働きかけ方の諸要素を挙げて検討する。

(5) 児童期中期の精神的弾力性の実践に関して、その実践の振り返りと今後の課題について検討する。

### 3. 研究の方法

(1) 関東地方にある2大学の学生 122名 (男

子 49名, 女子 73名) に質問紙調査を実施した。質問紙の内容については、「児童期中期の精神的弾力性への大人からの働きかけ方の回想 (以下、『児童期中期の涵養回想』)」「現在の精神的弾力性の全体的知覚 (以下、『現在の全体的知覚』)」「現在の精神的弾力性の諸要素の知覚 (以下、『現在の諸要素知覚』)」「精神的弾力性に関するイメージ自由記述 (以下、「イメージ記述」)」の4つで構成されている。

(2) これは (1) と同時に質問しており、「現在の諸要素知覚」ならびに「イメージ記述」が該当する。

(3) 1つは、小学校5～6年生 171名 (男子 88名, 女子 83名) の質問紙調査データをもとに、2つの場面での教師からの叱られことばに関して、場面差ならびにそのことばの種類と特性不安 (精神的弾力性の阻害要因) が子どもの反応にどのような影響を与えるかを検討した。もう1つは、小学校5～6年生 149名 (男子 72名, 女子 77名) の質問紙調査データをもとに、学校生活での自己効力感という精神的弾力性の促進的機能が親との関係の中でどのように生まれ、学校での実際のリスク対処にどのように活かされているかを検討した。

(4) 「レジリエンス (resilience)」の用語が示され、実践的な観点で記述されている洋図書文献 (ワークシートなどの実践上の資料が Appendix 等で掲載されていたり、具体的な例が示されていたりするもの) をレビューして、児童期中期の精神的弾力性の涵養についてどのような実践的方法の視点があるのかを検討した。なお、文献については児童期中期に限定して著したものは少ないので、幼児期から青年期までのものを取り上げた。

(5) 以前に行っていた、小学4年生1学級の試行的実践について、その活動をまとめながら、今回の研究知見をもとに検討し、実践する際の留意点についてまとめた。

### 4. 研究成果

(1) 『児童期中期の涵養回想』の質問項目を因子分析し、「強圧」「放任」「涵養」の3因子を抽出した。これらと『現在の全体的知覚』との相関係数について表1に示したが、涵養との間に有意な正の相関を示した。回想的な測定を含んではいるが、児童期中期の育てられ方と大学生でのありようについて、関連性があることが示唆された。

表1 児童期中期の涵養回想と現在の全体的知覚との相関

	強圧	放任	涵養
現在の全体的知覚	-.08	.01	.21*

\* $p < .05$

また、『児童期中期の涵養回想』と『現在の諸要素知覚』との関連性について、相関係数を表2に示した。涵養との間に有意な正の相関が多く見られ、やはり弾力的になるように働きかけていることが、自分自身がその要素を持っているという礎になっていることがうかがえる。その一方で、強圧的な問題解決を押しつけられると、その事象に向き合う（「関与」や「観察」）ことに負の影響をもたらすことが示唆された。

表2 児童期中期の涵養回想と現在の諸要素知覚との相関

	強圧	放任	涵養
観 察	-.21*	-.10	.34***
判 断	.01	-.00	.22*
関 与	-.23*	-.06	.25**
表 出	-.09	.03	.04

\*\*\* $p < .001$  \*\* $p < .01$  \* $p < .05$

(2) 諸要素の統計的な分析については、表2にも示したが、『現在の諸要素知覚』の因子分析の結果「観察（詳しく思い出す、具体的に思い出す、等）」「判断（できることを見つける、1つがダメでも次の方法で解決、等）」「関与（うまく解決できるようになると信じて取り組む、問題から目を背けない、等）」「表出（ユーモアを交えて伝える、緊張や不快感を少なくする言い方や行動をとる、等）」の4つに分類できた。

また、『イメージ記述』については、Brown et al. (2001) の分類した「関与」「観察」「内省」「変換」の4つにしたがって該当する記述を集めた。その結果が表3である。

これらの結果から、多少の表現の違いがあるものの、精神的弾力性の要素として4つほどの視点を持つことが有意義であることがうかがえた。

表3 イメージ記述の分類結果

<P (関与) に分類されたもの; 168 (47.6%) >	
P 1	「地道な努力」「困難や苦境に向けての準備が」「しっかりと計画」「目標をしっかりと持つことが」
P 2	「明るくポジティブな考え方が」「楽観的な考え方が」「落ち込みすぎないことが」「成功イメージが」「勇がキラキラと楽しそうに」
P 3	「現実から逃げずにいられることが」「何事も諦めずに継続」「信念を持つことが」「自分の意志で行動することが」
P 4	「自分を律することが」「我慢」
P 5	「過去の失敗から学ぶことが」
<O (観察) に分類されたもの; 35 (9.9%) >	
O 1	「状況を冷静に分析」「客観的な考えで物事をとらえることが」「落ち着いた状況を見渡すこと」「物事を俯瞰的にとらえることが」
O 2	「相手のことを考えることが」「相手の気持ちを考えていることが」「相手を受け入れることが」
<R (内省) に分類されたもの; 58 (16.4%) >	
R 1	「自分を直視することが」「客観的に自分を見ることが」「自分に厳しく」
R 2	「状況を冷静に判断」
R 3	「周りの人からの指摘が理に達していれば受け入れることが」「間違いを素直に受け入れる」
R 4	「感情をコントロール」
R 5	「決断」
<T (変換) に分類されたもの; 92 (26.1%) >	
T 1	「問題に対してこれからの対応を考えること」
T 2	「人にうまく頼むことが」「周囲に適切な場所を相談」
T 3	「自分の考えをうまく表現」
T 4	「考えるだけでなく行動も」「大胆な行動が」
T 5	「ある程度のおさまりと視点変化が」
T 6	「ユーモアがあって人にすぐ慣れることが」
T 7	「気持ちの切り替えが」

(3) 特性不安という阻害要因に注目した叱ら

れことばの研究においては、子どもの「恐怖」の反応においては、場面差や言葉の差だけでなく、不安の高低が有意な主効果として影響した。さらに、叱られことばと不安について有意な交互作用が見られた(表4)。不安は精神的弾力性の涵養にマイナスの影響をもたらすことは想像できるが、そのような傾向を持つ子どもに非難的な強い物言いをして、改善への弾力性が育つどころか恐怖心を抱かせてしまうことを示唆した。

表4 叱られことばと不安傾向が「恐怖」反応に及ぼす影響

	そうじ場面			悪口場面		
	直接的表現	理由の明示	問いただし	直接的表現	理由の明示	問いただし
不安低群	1.47 (0.73)	1.42 (0.73)	2.01 (1.09)	1.63 (0.88)	1.48 (0.80)	2.11 (1.13)
不安高群	1.75 (0.83)	1.63 (0.83)	2.67 (1.10)	1.86 (0.91)	1.79 (0.87)	2.65 (1.07)

・場面(A)の主効果  $F = 4.991^*$    ・A × D  $F = 0.093$   
 ・言葉(B)の主効果  $F = 90.717^{**}$    ・B × D  $F = 4.850^{**}$   
 ・不安(D)の主効果  $F = 12.091^{**}$    ・A × B  $F = 1.085$   
 (\*\*  $p < .01$  \*  $p < .05$ )   ・A × B × D  $F = 1.387$

また、学校生活での自己効力感という精神的弾力性の促進的機能に注目した研究においては、関連する概念間のパス解析(複数の重回帰分析)を行って因果関係を分析した。その結果、自己効力感が親からの適切な涵養・支援のもとに生まれ得ること、そしてその自己効力感が学校生活で起きうるリスクへの対処行動に肯定的な影響を及ぼしていることが示唆された(図1)。

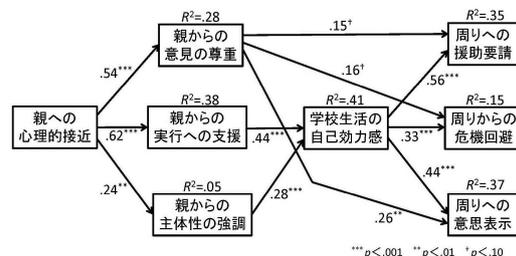


図1 自己効力感に関するパス解析結果

(4) 洋図書文献20本をレビューし、子ども期の精神的弾力性の涵養に関連した教育的働きかけの視点について、「明瞭な理想やあり方を持つこと」「子ども自らが取り組もうとする気持ちがあること」「感情をうまく取り扱えること」「行き過ぎを防ぐこと」「学ぼうとすること、思考を働かせること、学業的な結果をもたらすこと」「対人関係があること、対人的能力を持つこと」「集団性や雰囲気がいよいこと」「愛着的關係があること」「循環性や過程を考えること」の9つにまとめて紹介した。

また、今後への課題として「教育する側の個性とのマッチングを念頭に置くこと」「育てるタイミングを上手に捉えられること」「否定的状況での一次的な思いを理解でき

ること」といった点を取り上げ、詳述した。

(5)以前に行った試行的実践については、ある小学4年生1学級に対してほぼ1年間関わったものである。5月から9月中旬までは参加観察を行い、9月下旬～翌年3月まで計25回の「こころの授業」と銘打った教育的実践を行った。

効果測定については、簡易な質問紙を用意して実践の事前・事後測定を行った。また、実践授業を通しての子どもたちの振り返り記述をまとめて分析を行った。これらの結果を示して検討を行った。

1学級15名という少人数のデータのため厳密な統計的分析には馴染まない面があったが、数値的变化を見せている部分もあり、一定の効果も推測させるものでもあった。また、子どもたちの文章からも、教育的実践の内容について内省した記述が見られ、特に女子において内省的な記述が多かった。

これらの結果を踏まえて、本研究で得られた諸知見を通して考察を加えた。中でも、小学校中学年において、精神的弾力性の教育は重要ではあるものの、抽象的概念として伝えていくには、具体的操作期の子どもにはかなり難しいところが多く、質問紙での文章表現でも理解力には差があると思われる。伝える際に、「イラストのような視覚刺激の利用」「身のまわりの実際の人や想像上の人物を含むモデルの想起」「映像による心の動きの具体化」といった点が教育において不可欠であることが分かった。

#### <引用文献>

- ①Brown, J. H., D'Emidio-Caston, M., & Benard, B. (2001). *Resilience education*. Thousand Oaks: Corwin.
- ②川原 誠司 (2009). 不登校傾向の子どもに対して教育心理学的働きかけが可能になるには——他機関との齟齬の考察——, 宇都宮大学教育学部教育実践総合センター紀要, 32, 17-24.
- ③川原 誠司 (2010). 不登校に関する協働的な会の運営の成果と課題, 宇都宮大学教育学部教育実践総合センター紀要, 33, 1-8.
- ④川原 誠司・増渕 裕美 (2004). 対人ストレス状況における中学生の精神的弾力性についての研究 (1) ——不登校生徒と登校生徒への質問紙調査の結果より—— 日本教育心理学会第46回総会発表論文集, 569.
- ⑤増渕 裕美・川原 誠司 (2004). 対人ストレス状況における中学生の精神的弾力性についての研究 (2) ——不登校生徒と登校生徒への半構造的面接の結果より—— 日本教育心理学会第46回総会発表論文集, 570.

#### 5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文] (計3件)

- ①川原 誠司 (印刷中). 児童期中期の精神的弾力性を育てる試行的実践 宇都宮大学教育学部教育実践紀要, 5, 21-30.
- ②川原 誠司 (2018). 子どもの精神的弾力性 (レジリエンス) の涵養に関連した教育的働きかけの概観, 宇都宮大学教育学部研究紀要, 68, 21-30.
- ③川原 誠司 (2017). 大学生における精神的弾力性 (レジリエンス) の知覚とイメージ—児童期中期とのつながりを考慮に入れて— 宇都宮大学教育学部研究紀要, 67, 1-10.

[学会発表] (計5件)

- ①川原 誠司・庄子 香菜絵 (2016). 小学校高学年における自己効力感という精神的弾力性の機能—親との愛着と学校でのリスク対処行動とをつなぐものとして— 日本教育心理学会第58回総会発表 (発表番号PB14).
- ②川原 誠司・伊原 麻友子 (2016). 教師から叱られたことは子どもにどのように届くのか——特性不安という精神的弾力性の阻害要因を考慮して—— 日本発達心理学会第27回大会発表 (発表番号PC-54).
- ③川原 誠司 (2015). 大学生の精神的弾力性に関する自由記述の予備的分類——PORTモデルをもとにした検討—— 日本心理学会第79回大会発表論文集 (発表番号3EV-124).
- ④川原 誠司 (2015). 大学生の精神的弾力性に影響する発達の要因——児童期中期の精神的弾力性への大人の働きかけとの関連—— 日本教育心理学会第57回総会発表論文集, p. 699.
- ⑤川原 誠司 (2015). 児童期中期の精神的弾力性への大人からの働きかけ方の影響——大学生への回想的質問を通して—— 日本学校メンタルヘルス学会第18回大会抄録集, p. 80.

[その他]

ホームページ等

<https://danryoku.exblog.jp/>

(2018年3月まで)

#### 6. 研究組織

(1)研究代表者

川原 誠司 (KAWAHARA, Seishi)

宇都宮大学・学術院 (教育学部)・准教授

研究者番号: 80302438