

令和 4 年 6 月 14 日現在

機関番号：32615

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2019～2021

課題番号：19K11584

研究課題名（和文）クライミングによる親子関係の促進を意図したライフスキル教育プログラムの開発と評価

研究課題名（英文）Development and evaluation of a life skills education program to promote parent-child relationships through climbing

研究代表者

高梨 美奈（TAKANASHI, MINA）

国際基督教大学・教養学部・特任講師

研究者番号：10805732

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 2,100,000円

研究成果の概要（和文）：本研究では、子ども自身が認知している「親への関わり方」と「レジリエンス」を測定する尺度を開発し、「保護者の養育態度」が「子どものレジリエンス」の規定要因であることを実証した。その結果に基づいて、保護者の養育態度の変容促進を意図した「親子クライミング教室プログラム」による介入実践を行い、プログラム参加を通じた子どものライフスキル、親子間のコミュニケーションの変化を調べるため参加者に対し、半構造化面接を実施した。本研究の結果は、クライミングを活用したより有効な教育プログラムの開発に役立つことが期待される。

研究成果の学術的意義や社会的意義

現在まで、クライミングの教育的効果に関する研究はそれほど多くない。とりわけ親子両者を対象にした研究は少ないため、親子を対象にした本研究の学術的意義は大きい。また、本研究により、教育プログラムとして有効になるクライミングの特性がわかったことから、それらの特性を生かした親子・家族プログラムの実施が可能になる。さらに今後、本研究の成果の活用により、親子に限らず対象を広げた教育プログラムの展開も可能性が広がる点で社会的意義がある。

研究成果の概要（英文）：In this study, we developed a scale to measure the parent-child interactions and resilience a child perceives and find that “parent/caregiver attitude” is a determinant of a child’s resilience. Therefore, we implement an intervention program using the “Parent-Child Climbing Class Program” to promote adaptive changes in parents’ attitudes toward childcare. Semi-structured interviews were conducted with participants to examine the changes in a child’s life skills and parent-child communications after participation in the program. The results of this study can contribute to the development of more effective educational programs which utilize climbing.

研究分野：子ども学

キーワード：クライミング 親子関係 ライフスキル コミュニケーション 共通体験 プログラム開発

1. 研究開始当初の背景

近年、日本社会における核家族化が急速に進み、子どもとその親の関係が大きく変化した(明治安田生活福祉研究所, 2016)ことから、家庭内での親子間のコミュニケーションの機会が低下している。そのため、現在、子どもたちの心理社会的な不適応の問題に関して、自己肯定感の概念にもとづいた研究が進められている。例えば、自己肯定感が低いと情動的に不安定となり、他者への不信感や非積極性が高まるが、逆に自己肯定感が高い場合には、心理的な安定性をもたらす、他者との共同性や積極性が向上すると言われている(久芳, 2007)。その規定要因として共通しているのが、「成功体験」と「保護者の養育態度」である(小西, 2000; 桜井, 2003)。しかし、現在まで行われてきた研究結果は、「親の養育態度」及び「成功体験」と「子どもの自己肯定感」との因果関係を子どもから得られた認知的評価の分析に留まっており、横断的研究による限界が指摘されていた(桜井, 2003)。そこで本研究では、運動やスポーツへの参加が親子間や子どもの心理的な発達促進に寄与するという研究報告(上地, 2003; 杉山, 2008)に基づき、親子の関係づくりの介入手段として課題遂行上の教育的効果が認められているクライミング(徳山, 2003)に着目することにした。

2. 研究の目的

本研究の目的は、親子間の良好な親子関係づくりのためのコミュニケーションスキルの促進を意図し、親子双方のライフスキル向上を目的とするウォールクライミング(以後、クライミングと略)の特性を生かした教育プログラム(以後、親子クライミングプログラム)の開発を行い、その有効性を検討することである。具体的には、子どもの保護者との関わり方と子どものレジリエンスを測定するため、子どもを対象にした測定指標の作成を行い(研究1)、クライミングプログラムを実施(研究2)し、その効果を検証することである。

3. 研究の方法

研究目的に沿って、以下のことを実施した。

研究1. 子どものレジリエンス規定要因となる親のコミットメントに関する調査

1) 調査対象者

小学5年生から中学3年生の合計1,200名(男子600名,女子600名)

2) 調査方法

インターネット調査会社に依頼してサンプリングを実施した。子どものレジリエンスの規定要因となる親への関わり方を検討するため、「レジリエンス評価尺度」「保護者に対するコミットメント評価尺度」を作成し、両測定指標間の関係性の検討を行った。

3) 調査対象者への倫理的配慮

インターネット調査会社が調査内容を精査した上で、インフォームドコンセントが得られているモニター登録者に対してデータサンプリングを行った。調査画面において自由参加である、回答途中に棄権する自由がある、無記名式である、個人を特定する分析・検討は行わない、サンプリングしたデータは統計処理した後、10年後に破棄する旨等の説明画面を用意し、同意を得たもののみを研究のサンプリング対象とする。子どもからの回答に関しても、登録者である保護者の承認を得た上で実施した。

研究2. 「親子クライミングプログラム」に関する調査

1) 調査対象者

三鷹市近辺の地域総合型スポーツクラブにてクライミングプログラムを案内し、研究に同意した小学校3年生から中学3年生の子どもとその親を調査の対象とした。内訳は1日プログラム(子ども21名,親16名),2日間プログラム(子ども40名,親36名),3日間プログラム(子ども21名,親18名)であった。

2) 調査方法

保護者の養育態度の変容を促進させることを目的としたクライミングを活用した介入研究の実践を行った。国際基督教大学施設内に設置されているクライミングウォールを会場とした。1)身体活動を伴う共同作業が可能であること,2)楽しみながらも安全管理に対する危機感を持たせること,3)真剣な親子相互のコミュニケーションの機会を増やすことを意図し,上記のプログラム実践をファシリテートする専門の指導者が「スキル」及び「コミュニケーション」の重要な局面においては,助言及びサポートしながらプログラムを推進した。プログラムは1日,2日間,3日間の3パターンのプログラム(1日2時間)を各2回行った(Table 1)。プログラム前と終了後,さらに1か月後の合計3時点において,参加した子どもを対象に「レジリエンス評価尺度」「保護者に対するコミットメント評価尺度」による調査を実施した。加えて,9名の保護者と7組の親子に対し,プログラムを通じたライフスキルの変化に関する半構造化面接を実施した。1日プログラムでは,プログラム開始時と終了時の二時点において「二次元気分尺度:TDMS」の測定,また,生理的なストレス評価として,「ボルダリング実施前」「ロープクライミング実施前」「ロープクライミング実施後」の3時点で「唾液アミラーゼ式交感神経モニター」を用いたアミラーゼの測定を行った。

Table 1 クライミングプログラムの概要

	内容	テーマ
1日プログラム(2時間)	ボルダリング(高さ4mのウォールを登る)中心に行う。希望者はロープクライミング(高さ7mの壁を登る)に挑戦する。	挑戦,目標設定,コミュニケーション
2日プログラム	1日プログラムに加え,ロープワーク,ロープクライミング(高さ7mの壁を登る)の時間を設ける。	上記に加え,安全管理
3日プログラム	2日プログラムに加え,家族間の交流,さらにビレイ(ロープを操作しクライマーの安全を確保する)の機会を設け,ロープクライミングを2日目の中心に置く。	上記に加え,親子での共同作業,ソーシャルサポート

3) 調査対象者への倫理的配慮

案内文と参加申し込みに対する返信において,研究への参加について自由参加である,回答途中に棄権する自由がある,個人を特定する分析・検討は行わない,サンプリングしたデータは統計処理した後,10年後に破棄する旨を記載し,さらにプログラム開始時に口頭で説明の上,同意を得たものみに調査を実施した。

4) 研究倫理審査

研究調査を行うに当たっては,国際基督教大学研究倫理委員会より倫理審査を経て承認を得た。(審査承認番号:2019 10,2021 47)

4. 研究成果

研究1

レジリエンス評価尺度の原案に対して,探索因子分析を行った結果,4因子合計24項目が抽

出された (Table 2)。また、保護者に対するコミットメント評価尺度の原案に対して、探索因子分析を行った結果、4 因子合計 18 項目が抽出された (Table 3)。いずれも抽出された各因子にもとづく内的整合性および構成概念妥当性も統計的に許容範囲内であることが示された。

Table 2 . レジリエンス評価尺度の探索的因子分析の結果

	因子名	項目数
F1	Effort & Challenge	9
F2	Consulting & Support	5
F3	Refuse & Quit	6
F4	Plan & Apply	4

Table 3 . 保護者に対するコミットメント評価尺度の探索的因子分析の結果

	因子名	項目数
F1	保護者への反抗	6
F2	保護者への従順	6
F3	保護者への依存	3
F4	保護者への委任	3

本研究にて作成を行った保護者に対するコミットメント評価尺度の各下位尺度を独立変数とし、レジリエンス評価尺度の各下位尺度を従属変数とした重回帰分析の結果、子どもの親へのコミットメントが有意にレジリエンスに影響を及ぼすため、親は子どもとの関係を築く際には、子どもの依存を受容する態度が必要であることが示唆された。

研究 2

親子双方のライフスキル向上を目的とするクライミングを活用した介入研究の実践を行った。

1) 質問紙調査の結果

レジリエンス評価尺度の調査の結果、子どものレジリエンスにおいては、下位尺度「Consulting&Support」に有意な向上が認められた。

二次元気分尺度においては、保護者は活性度、快適度、覚醒度が有意に向上した。一方、子どもは活性度のみ有意な向上が見られた。アミラーゼ測定は有意な変化が見られなかった。自由記述式の回答から、子どもは「成功」や「困難への挑戦 (難しさ、高さに対する恐怖や不安、できないかもしれないということに対する不安)」「周囲からの応援」に対する楽しさ・喜びと、それとは反対に、できなかったことに対する「くやしき」についての回答が目立った。また、「ボルダリングの方が失敗しても何度でも取り組むことができるので楽しかった」、というコメントが多い一方で、ロープクライミングの方が印象的だったことが伺えた。さらに 1 か月後の回答では、「自信がついた」、「精神的に強くなった」といった自己効力感を高めた内容が見られた。一方、保護者は、「子どもの普段は見たことのない『負けず嫌い』『あきらめず取り組む』様子を見ることができうれしかった」、「子どもに、自分の悔しがる姿や頑張る姿や挑戦する姿を見ることができて良かった」というコメントが見られた。

2) 半構造化インタビュー

半構造化インタビューでは、子どもと親とで分かれて行った。「クライミング」は家族で出かける機会が減った中学生親子であっても参加しやすい種目とのことであった。子どもたちの印象的な出来事は「できなかったことができたこと」「ロープクライミングで応援されて登り切ったこと」という回答が多く、一方、保護者はプログラムを通し、「子どもの想像以上の粘り強さ」や「子どもの成長」感じたことで、「子どもに対する接し方が変化した」という回答も見られた。

親子プログラム参加への共通体験を通じ、時間が経過しても共通の話題として、時折、会話に上る理由として、「子どもも大人も一緒に楽しめる」「家族で協力し、作戦を練ることができる」といったクライミングの種目特性を挙げる保護者も多かった。親子での交流に加え、家族間の交流や他者からの声援を貴重な機会だと感じていたことがわかった。

3) 考察と今後の課題

クライミングは年齢、体力に関わらず親子ともに取り組めることから、親子間の良好な親子関係づくりを促し、親子双方のライフスキルを変化させる教育プログラムとして有効であった。とりわけ、クライミングを通じた子どものくやしさを成功の体験と、親子での課題解決の過程が親子関係に影響を与える体験になるようだ。また、ロープクライミングや家族間の交流を導入するには2日間以上のプログラムが望ましいことが示唆された。加えて、親子各々が異なる目標に挑戦する機会と、親子や参加者同士で共に考える機会を設けることもクライミングプログラムとして効果的だと言える。1回の時間は、体力的な問題を考えると準備体操を含めて2時間半程度が望ましいと言える。

本研究で作成した尺度をさらに改善し、より効果的な親子の関わりを明らかにすることで、より効果的なクライミングプログラムを検討したいと考える。

- 1) 明治安田生活福祉研究所 (2016)「親子の関係についての意識と実態」-親 1 万人・子ども 6 千人調査 - https://www.myri.co.jp/research/report/2016_02.php アクセス日:2022年6月11日
- 2) 久芳美恵子・齊藤真沙美・小林正幸 (2007) 小・中・高校生の自己肯定感に関する研究. 東京女子体育大学紀要 42 : 51-60
- 3) 小西 史子・黒川 衣代 (2000) 親子のコミュニケーションが中学生の「心の健康度」に及ぼす影響. 日本家政学会誌 51 (4) :273 - 286
- 4) 桜井茂男 (2003) 子どもの動機づけスタイルと親からの自律性援助との関係. 筑波大学発達臨床心理学研究 15 : 25-30
- 5) 上地広昭・竹中晃二・鈴木英樹・岡 浩一朗 (2003) 子どもの身体活動が社会的スキルおよびストレスに対する認知的評価に及ぼす影響. 健康心理学研究 16 (1) : 11-20 .
- 6) 杉山佳生 (2008) スポーツ実践授業におけるコミュニケーションスキル向上の可能性. 大学体育学 5 : ,3-11 .
- 7) 徳山郁夫 (2003) フリークライミングの授業の成果の事例的研究 - 一般教育としての体験学の意義-. 千葉大学教育学部研究紀要 51 : 137-145 .

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計2件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 1件）

1. 発表者名 高梨美奈
2. 発表標題 「親のコミットメントが子どものレジリエンスに及ぼす影響 子どもの認知的側面からとらえた測定指標の開発 - 」
3. 学会等名 日本学校メンタルヘルス学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 Takanashi, M.
2. 発表標題 Comparing the free climbing programs' effect on parents and children : Trough the Educational intervention
3. 学会等名 European College Of Sport Science (国際学会)
4. 発表年 2021年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

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	清水 安夫 (SHIMIZU Yasuo) (00306515)	国際基督教大学・教養学部・上級准教授 (32615)	
研究分担者	坂本 昭裕 (SAKAMOTO Akihiro) (10251076)	筑波大学・体育系・教授 (12102)	

6. 研究組織（つづき）

	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	城所 哲宏 (KIDOKORO Tetsuhiro) (30806641)	公益財団法人明治安田厚生事業団体力医学研究所・その他部局等・研究員（移行） (82663)	
研究分担者	ANNEAR Michael (ANNEAR Michael) (50814076)	早稲田大学・スポーツ科学学術院・准教授（任期付） (32689)	
研究分担者	張本 文昭 (HARIMOTO Fumiaki) (50465910)	沖縄県立芸術大学・音楽学部・准教授 (28001)	

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