

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 26 年 6 月 24 日現在

機関番号：13901

研究種目：挑戦的萌芽研究

研究期間：2012～2013

課題番号：24653193

研究課題名(和文)子どもの心の減災支援基盤の構築 学校における包括的な心の健康教育モデルの提言

研究課題名(英文)Development of support program for children's ability of mitigating psychological impact after disaster:

研究代表者

松本 真理子(MATSUMOTO, Mariko)

名古屋大学・発達心理精神科学教育研究センター・教授

研究者番号：80229575

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,700,000円、(間接経費) 810,000円

研究成果の概要(和文)：目的は次の2点、1)学校現場における心の減災教育に関する現状と教員の意識を把握する、2)児童生徒を対象とした心の減災能力育成と心の健康な発達促進を統合したモデルに沿って心の減災心理教育プログラムを開発することである。

結果は以下の通りであった。1)A県内の幼稚園、小学校、中学校、高等学校、特別支援学校の計1299校と教員1285名を対象とした質問紙調査の結果、心の減災心理教育を実践する学校は極めて少ないことが示された。2)通年3回型(ストレス対処法、認知修正、対人関係)心理教育プログラムの開発を行い、試行授業および効果測定を実施した結果、1回の授業でも効力感や自尊感情が向上することが示された。

研究成果の概要(英文)：We conducted the following research: Study I: To investigate the current state of education on disaster prevention and reducing post-disaster psychological trauma in schools of Prefecture A. Study II: To develop three education programs for reducing post-disaster psychological trauma, which involves a mental health program. The results were as follows: 1) The study subjects were 1,285 teachers from 1,299 schools. Most of the schools did not provide education for reducing post-disaster psychological trauma. 2) We provided 5th- and 6th-grade students with a trial class on reducing post-disaster psychological trauma. Their self-esteem and self-efficacy improved after the class.

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：心の減災 心理教育 小学校 自己効力感 自尊感情

1. 研究開始当初の背景

東日本大震災後、臨床心理学分野においても防災心理教育プログラムに関する研究が盛んに報告されているが、その多くは防災の心理教育に特化しており、災害発生にかかわる地質学、建築学や医学などの基礎知識教育と統合したものではない。またより広い視点として心の健康教育の中で扱われることも少ない。そのため、学校現場では防災心理教育のための新たな指導時間を組み直す必要があり、通常の教育体制に組み込むには対時間効果からも課題が多い。

2. 研究の目的

本研究の目的は、本研究の目的は次の2点にある。すなわち、1) 学校現場における心の減災教育に関する現状と教員の意識を把握すること、2) 児童生徒を対象とした心の減災能力育成と心の健康な発達促進を統合したモデルに沿って心の減災心理教育プログラムを開発し、効果測定による検討を行うこと、にある。

3. 研究の方法

1) 学校現場における心の減災教育に関する現状と教員の意識を把握:A 県内の幼稚園、小学校、中学校、高等学校、特別支援学校の計1299校と教員1285名を対象とした質問紙調査を実施した。

質問項目 防災教育におけるストレス対処への取り組みの現状とニーズに関する項目として、以下の3項目を実施した。すなわち 災害時のストレスへの対処を防災教育に取り入れていますか。 災害時の児童生徒へのストレスへの対処方法に関する教員研修を行っていますか。 ストレスへの対処方法を防災教育の中に取り入れる必要があると思いますか。本質問項目は、A県教育委員会が実施した防災教育に関するアンケート調査の一部として挿入依頼したため、項目数はあらかじめ3項目と決められており、また回答は、他の項目と同様に「はい」「いいえ」の2件法とした。

さらに、防災教育における現状・意識・ニーズに関する項目16項目と心の健康教育に関する項目4項目から成る質問紙調査も行った。質問項目については、防災教育においてはストレス対処法とともに、自己効力感や集合体の繋がりの支援が重要であるとする報告(島津 2012 など)と筆者らの東日本大震災後の心のケア実践および報告会を参考に作成した。

2) 心の減災心理教育プログラム開発と効果測定: ストレス対処法に関する心理教育プログラムの開発を行い、小学校5,6年生計23学級を対象とした試行授業および効果測

定質問紙を実施した。質問項目: 質問項目は 恐怖感情、脅威の深刻度、避難行動効力感、一般的効力感、自尊感情、自己制御各1項目計6項目を事前事後項目として、また事後項目として呼吸法の主観的効果、対処効力感、災害時の呼吸法の行動意図、平常時の呼吸法の意図の各1項目計4項目を加えた。回答は「そう思う」から「そう思わない」まで4件法として、各項目4点満点として集計した。また自由記述欄を設け授業の感想を求めた。授業参加した教員に対しては、児童における授業の理解度、関心度、恐怖感情の喚起の程度、10秒呼吸法の理解度、関心度と今後の呼吸法実施に関する各1項目で計6項目の質問と自由記述を求めた。

4. 研究成果

1) 学校現場における心の減災教育に関する現状と教員の意識把握: 防災教育においてストレス対処を取り入れている学校は全体の約8.3%であった。もっとも高い割合を示したのが定時制高校の16.1%であり、次に特別支援学校の13.8%が続いた。全体としては90%以上の学校がストレス対処に関する指導教育を実施していないことが示された。さらに、ストレス対処に関する教員研修を行っている学校は全体の5.2%と顕著に低値であった。その中で特別支援学校は19.4%と高く意識の高いことが認められた。一方、ニーズについては、89.3%の学校がストレスへの対処に関する教育が必要と回答していた。

全体をまとめると、学校での防災教育において心の減災心理教育を実践する学校は極めて少ないこと、一方で、教員は研修・知識習得や心理教育に対する強いニーズをもっていることなどが明らかになった。

2) 心の減災心理教育プログラム開発と効果測定: 通年3回型(ストレス対処法、認知修正、対人関係)心理教育プログラムの開発を行い、小学校5,6年生計23学級を対象とした試行授業および効果測定質問紙を実施した。授業前後に実施した効果測定質問紙の結果、同時に教員に対する質問紙も実施した。

結果は、ストレス対処法10秒呼吸法プログラム授業を通して、地震発生時の対処効力感のみでなく、一般的効

力感や一般的自尊感情も上昇することが示された。

児童の自由記述は265名(86%)の児童に記述が認められた。記述をKJ法により322個のラベルとして抽出し呼吸法に関する記述と地震に関する記述の大力カテゴリーに分類し、さらに呼吸法は5分類、地震は2分類にして検討を行った。その結果呼吸法に関する記載が87%を占め、中でも災害や緊張場面で呼吸法を実施してみようと思ったという呼吸法行動意図の記載が全体の45%、呼吸法でリラックスできることを実感したという記載が24%に認められた。

教師に対する授業後質問紙の結果は表6に示した。児童における授業の理解度、関心度、恐怖感情の喚起の程度、10秒呼吸法の理解度、関心度いずれの項目においても平均点は3.42から3.83点と高く効果のあったことを示していた。一方、今後の呼吸法の実施については平均3.25とやや低値であった。これに関連して自由記述では「(朝の会などで)続けるのが良いと思うが時間的なことがある」「呼吸法はどのような場面でどう使用するのか、どのような効果があるのかももう少し押さえてほしい」といった記載が認められた。

本結果は、1回のプログラム実施であっても、一定の効果が認められたことを示唆するものといえよう。教員による児童の参加度や関心度、理解度の評価においても高い評価を得ており、児童が授業に積極的に参加していたものと思われる。この評価は筆者らが授業実施した際に児童の授業への集中の高さや、関心の高さを実感したことを裏付けるものでもあった。さらに事後調査において、86%という多くの児童が自発的に自由記述を記載しており、この数値からも児童が関心を持って参加し得るプログラムであったことが考えられる。また効力感が上昇した背景には10秒呼吸法の体験が大きいと考えられる、自由記述の87%が呼吸法に関する記述であったこともそれを支持するものであろう。10秒呼吸法は児童においても簡単に習得できるストレス対処法であることや、実際に脈拍測定を行い、視覚的体験的にリラックスしたことを実感できる、という授業方法も効果の要因として考えられるであろう。こうした、簡単なストレス対処法の習得は「困

ったことがあっても自分で解決できる」「自分に満足している」といった一般的な効力感や自尊感情にも影響するものであることが示唆された結果であった。改めて、子どもたちにとって「自分で(も)出来る」という実体験は自尊感情にも影響するという点で極めて重要なポイントであるものと思われた。

一方、教員の評価においても概ね良好な結果であったが、自由記述において、呼吸法について利用方法や効果の説明が不足していたことについての記述が認められ、改善点であると思われた。また、教員は呼吸法の練習の継続的实施についてはやや低評価であった。時間的制約に関する自由記述も認められたことなどからは、1回の授業実施で教師に日常への適用を動機付けるには十分とは言えないことが示唆された。

以上をまとめると、災害に遭遇する前に心の減災に関する知識と対処スキルを獲得することで児童生徒の災害対処効力感を高め、被災時の心理的反応を軽減させるのみならず、その根底に自尊感情や対人関係スキル育成を置くことで、児童生徒の日常的なこころの健康増進に繋がることが示唆されたといえる。

今後の課題として、継続的な年間プログラムの開発と教材開発を行うこと、また中学生高校生対象とした心の減災プログラム開発が必要であると思われた。

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 1 件)

松本真理子、窪田由紀、吉武久美、坪井裕子、鈴木美樹江、森田美弥子 (2014) 児童生徒を対象とした心の減災能力育成に関する研究-現状調査とプログラム開発を中心に、東海心理学研究、8巻、pp.2-11

[学会発表](計 10 件)

藤井菜摘、石川沙紀、吉武久美、窪田由紀、坪井裕子、松本真理子、森田美弥子 2013 心の減災教育プログラムの効果測定に関する研究(1) 事前・事後、フォローアップアンケートから - 日本教育心理学会第 55 回総会 法政大学

石川沙紀、藤井菜摘、吉武久美、窪田由紀、坪井裕子、松本真理子、森田美弥子 2013 心の減災教育プログラムの効果測定に関する研究(2) 共分散構造分析の結果から - 日本教育心理学会第 55 回総会 法政大学

吉武久美、石川沙紀、藤井菜摘、窪田由紀、坪井裕子、松本真理子、森田美弥子 2013 心の減災教育プログラムの効果測定に関する研究(3) プログラム施行後および 3 か月後の効果 - 日本教育心理学会第 55 回総会 法政大学

三輪なつみ、野村あすか、垣内圭子、窪田由紀、坪井裕子、松本真理子、森田美弥子 2013、心の減災教育プログラムの効果測定に関する研究(4) 自由記述から - 日本教育心理学会第 55 回総会 法政大学

鈴木美樹江、霜山祥子、栗本真希、坪井裕子、松本真理子、窪田由紀、森田美弥子 2013 教員を対象にした防災教育と心の減災教育に関する現状とニーズ(1) 教員向けニーズ調査の自由記述から - 日本学校心理学会第 15 回大会 皇學館大学

霜山祥子、鈴木美樹江、栗本真希、坪井裕子、松本真理子、窪田由紀、森田美弥子 2013 教員を対象にした防災教育と心の減災教育に関する現状とニーズ(2) 自由記述にみる教員の意識と不安 - 日本学校心理学会第 15 回大会 皇學館大学

浅井麻里、平島太郎、垣内圭子、窪田由紀、坪井裕子、松本真理子、森田美弥子 2013 学校現場における防災教育と心理教育の必要性と現状の把握(1) 愛知県内の小中学校における自治体別の現状 - 日本学校心

理学会第 15 回大会、皇學館大学
垣内圭子、浅井麻里、平島太郎、窪田由紀、坪井裕子、松本真理子、森田美弥子 2013

学校現場における防災教育と心理教育の必要性と現状の把握(2) 愛知県内の小中学校における役職による比較 - 日本学校心理学会第 15 回大会、皇學館大学

足立知子、垣内圭子、窪田由紀、坪井裕子、松本真理子、森田美弥子 2013 防災教育における「心の減災」への取り組みの実態 ~ A 県幼小中高特別支援学校への悉皆調査の結果から ~、日本心理臨床学会第 32 回秋季大会、パシフィコ横浜

栗本真希、足立知子、窪田由紀、坪井裕子、松本真理子、森田美弥子 2013

心の減災教育プログラムの開発と試行実施、日本心理臨床学会第 32 回秋季大会、パシフィコ横浜

〔図書〕(計 件)

〔産業財産権〕
出願状況(計 件)

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年月日：
国内外の別：

取得状況(計 件)

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：

取得年月日：
国内外の別：

〔その他〕
ホームページ等
こころの減災研究会ホームページ
<http://kokoro-gensai.educa.nagoya-u.ac.jp/wordpress/>

6. 研究組織

(1) 研究代表者

松本真理子 (名古屋大学)

研究者番号：80229575

(2) 研究分担者

窪田由紀 (名古屋大学)

研究者番号：00268576

(3) 連携研究者

森田美弥子 (名古屋大学)

研究者番号：80210178

(4) 連携研究者

坪井裕子 (名古屋大学)

研究者番号：40421268

(5) 連携研究者

福和伸夫 (名古屋大学)

研究者番号：20238520