

小・中学校 教育相談

小中移行期におけるレジリエンス教育の一研究

教育相談課 研究員 戸 末 浩 之

要 旨

児童生徒が、小中移行期の環境変化による困難や悩み・不安を乗り越えながら中学校生活に適応できるために、レジリエンスと小中移行期の不安軽減を関連付けた授業プログラムを実施した。それによりレジリエンスが、小学校では中学校生活への予期不安を軽減することに有効であること、中学校では新たな学校生活への適応に有効であることを性差を含め検証した。その結果、中学生用レジリエンス尺度の3因子全てにおいて女子の平均値が高く、また下位尺度の「関係志向性」と「楽観性」が女子の中学校生活の適応感に関連することが示唆された。

キーワード：小中移行期 レジリエンス 楽観性 学校適応感 不安軽減

I 問題と目的

1 小中移行期の課題

小中移行期は、児童生徒にとって慣れ親しんだ学校や対人関係等に急激な環境変化を生じさせ、その変化への適応が求められる時期である。このことは、多くの児童生徒が学校生活の中で多少なりとも困難や悩み・不安等のストレスを抱えることになり、場合によっては生徒指導上の問題行動や不登校など学校生活への不適応につながっていくと考えられる。文部科学省（2016）の調査によると、不登校といじめの認知件数は、小学校6年生から中学校1年生にかけて急増しており、このことはいわゆる、「中1ギャップ」としてよく知られている。「中1ギャップ」について、文部科学省（2014）では、主な小・中学校段階間の差異として、①授業形態の違い ②指導方法の違い ③評価方法の違い ④生徒指導の手法の違い ⑤部活動の有無を挙げ、これらが問題の背景になりうることを指摘している。他にも、小中移行期の課題として岡山県総合教育センター（2013）では、小学校6年生が中学校生活への不安を抱く「予期不安」、中学校1年生が入学後に驚きや戸惑いを感じる「リアリティショック」なども挙げている。

2 レジリエンスと学校教育

本研究では、小中移行期の環境変化へ適応するためには困難や悩み・不安を軽減するだけではなく、それを乗り越えて児童生徒自ら適応していくための心の力が必要と考えた。そこで、着目したのが「レジリエンス」である。レジリエンスは「回復力・弾力性・適応力」とも訳され、子供の場合、貧困・虐待・親の離婚や死別・被災などの危機的状況に陥った体験があっても、そこから健全な精神状態を維持・回復する心の力として注目されている。近年では、深刻な危機的状況からの心の回復だけではなく、日常のネガティブな体験からの立ち直りについてのレジリエンス研究も多く見られる。このレジリエンスについて、石毛・無藤（2005）は「ストレスフルな状況でも精神的健康を維持する、あるいは回復へと導く心理的特性」、齋藤・岡安（2009）は「何らかのリスクに対して適応状態を維持、あるいは引き起こされた不適応状態から回復する能力や過程」と述べている。また、文部科学省（2014）では「困難な状況に際しても、その困難に向き合い克服し、成長に導く力」「逆境に耐え、試練を克服し、感情的・認知的・社会的に健康な精神活動を維持するのに不可欠な心理特性」と述べ、レジリエンスを含めた情動に関する研究を学校教育に活用する仕組みづくりについて提言している。

レジリエンスについて久世（2016）は、立ち直る力やストレスをはねかえす心の弾性は、本来は誰もがもっている心理的資源であるとし、小玉（2014）は、レジリエンスは思考の仕方を学ぶことで高めることができる」と述べている。また、平野（2010）はレジリエンスを遺伝的な資質との関連が強い側面（資質的要因）と、環境や経験から後天的に獲得できる側面（獲得的要因）から捉えた、二次元レジリエンス要因尺度（BRS）を作成した。つまり、レジリエンスは、誰もが生まれながら（生得的）にもつ心理的資源

でありながら、学びにより後天的に高めることのできる心の力といえる。

近年、このレジリエンスと学校生活の適応に関する研究が見られるようになった。八重沢・越（2015）は、中学校新入生のレジリエンスと学校適応及び家族機能の関連を検討し、レジリエンスが高い生徒は学校適応感が高いことを明らかにした。石毛・無藤（2005）は、中学生の精神的健康とレジリエンス及びソーシャルサポートとの関連を受験期の学業場面で検討し、レジリエンスが家族や先生、友達など身近なサポートと関連があることを明らかにした。また、岡山県総合教育センター（2013）では、中学校1年生の学校適応感について適応感高群と低群を比較し、レジリエンスの「関係志向性」「内省性」「楽観性」「遂行性」について高群が有意に高いことを明らかにしている。

レジリエンスを育む研究を概観してみると、教育実践の中でレジリエンスを明示した研究は少なく、児童生徒の自己肯定感や人間関係づくりに焦点を当てたものが多い。原・都築（2014）は、本邦におけるレジリエンスを育成する教育実践を欧米のプログラムと比較し、考え方や捉え方を学ぶ「認知的スキル」の理解や体験を重視していることを本邦の特徴として述べている。また、久世（2015）は、子供のレジリエンスを育む要素として「自己肯定感」「感情調整」「自己効力感」「楽観性」「関係性」の五つを挙げているが、この中の「楽観性」「感情調整（認知・感情・行動のつながり）」に焦点を当ててレジリエンスを育む研究はまだ少ない。さらに、先行研究の多くが小学校・中学校それぞれの児童生徒を対象にしており、小中移行期の児童生徒に縦断的にレジリエンスを育む学習を行い、学校生活への適応を検討したものは少ない。

3 研究の目的

本研究の目的を「小中移行期において児童生徒にレジリエンスを育む学習と、それを生かした中学校生活への不安を軽減する活動をする。それにより、中学校生活に適応できることを実践を通して明らかにする。」とした。レジリエンスを育む学習の効果として、問題行動や学校不適応への予防的介入と、学校生活の困難や悩み・不安を乗り越える心の力の育成の二つが期待できる。レジリエンスを学びによって高めることで、小中移行期の環境変化による心理的な落ち込みから早く回復したり、困難に対してへこたれずにがんばったりすることができ、結果的に中学校生活への予期不安の軽減や中学校生活の適応につながるのではないかと考えた。

本研究の目的を検証するために、レジリエンスと中学校生活への不安軽減を関連付けた授業プログラムを作成した。授業プログラムでは、久世（2015）が子供のレジリエンスを育む五つの要素で挙げた中の「楽観性」「感情調整」「関係性」を中心に、認知的な側面からレジリエンスを学習する。それと関連させ、小学校では中学校生活への期待を高め不安を軽減する活動を、進学した中学校では中学校生活への不安を軽減する活動を行う。また、小中移行期を小学校から中学校への移行過程を実際に経験していく、小学校6年生から中学校1年生の2年間とし、検証期間を小学校6年生1月から中学校1年生7月とした。この時期は、小学校段階では、中学校入学が間近に迫る中で予期不安が高まり、中学校段階では、実際の学校環境の変化に日々適応していくことが必要となる。そのため、小中移行期の中でも特に心理的ストレスが高まると考えられることから、レジリエンスを生かした授業プログラムは中学校生活への適応に効果的と考えた。

本研究について、次の研究1～3を検討した。

研究1：小中移行期の授業プログラムによる、レジリエンスの変容。

研究2：小学校での授業プログラムが、児童のレジリエンスを高め中学校生活への予期不安を軽減することに効果があるか。

研究3：小学校から引き続き実施した中学校での授業プログラムが、生徒のレジリエンスを高め中学校生活への適応感を高めることに効果があるか。

木村・加藤（2007）は、小中移行期の学校適応の変化を「学習意欲」「対教師関係」「級友関係」の側面から検討し、学校適応の過程に性差が見られることを明らかにしている。また、石毛（2010）は中学生のレジリエンシーを、レジリエンスを構成する「意欲的活動性」「楽観性」「内面開示性」の特性をもとに類型化し、タイプによって男女の割合に違いがあることを明らかにした。南・浅川・秋光・西村（2011）は、中学校生活への予期不安について、男子より女子の予期不安が高いことを明らかにしている。小中移行期の学校適応やレジリエンス、予期不安に関する先行研究において性差による違いが指摘されていることから、本研究においても性差について検討する。

II 授業プログラムと研究方法

1 授業プログラム

本研究で、レジリエンスを育む学習と小中移行期の不安軽減を関連付けた授業プログラムを作成した。授業プログラムは、小・中学校それぞれ7回の合計14回実施し、以下の四つ特徴がある。①レジリエンスを育むために「楽観性～根拠や自信をもった前向きな思考」「感情調整～認知・感情・行動のつながりと感情のコントロール」「関係性～立ち直りを支えるソーシャル・サポート」を中心に学習 ②小学校と中学校で共通の学習内容を設定し、同じ順序で学習していくように構成（小学校7回目、中学校14回目を除く） ③小学校でのレジリエンスの学習をベースに中学校はその内容を深めるように構成 ④レジリエンスの学習2回、それを生かした中学校生活への不安軽減を目的とした活動1回を1サイクルとし、小・中学校で2回ずつ合計4サイクルで構成（表1）。

表1 小・中学校で実施した授業プログラム

回		小学校でのねらい	共通の学習内容	中学校でのねらい		回
1	サイ ク ル	心には困難から立ち直る力「レジリエンス」があることを知る	レジリエンスの概念	入学後の心の状態を「心の+・-曲線」を描いて、客観的な視点から捉える	サイ ク ル	8
2		楽観的・悲観的な認知と、自分の認知の癖を理解する	楽観的・悲観的な思考（楽観性）	困難な場面で、有効に機能する楽観的・悲観的な思考を理解する		9
3		① 中学校生活への「期待・安心」をレジリエンスを生かして話し合う	「期待・安心」を高め、「不安」を軽減①	中学校生活の「不安・悩み」の解決策をレジリエンスを生かして話し合う		③
4	サイ ク ル	悲観的な思考からの立ち直り方を、楽観的な思考や行動から考える	悲観的な感情への対処（感情調整）	悲観的な思考や感情から、自分が立ち直るための対処法を考える	サイ ク ル	11
5		困難や悩みを抱えたときに、自分をサポートしてくれる人がいたことを知る	自分を支えてくれるサポーター（関係性）	中学校生活を過ごす中で、サポートしたりされたりして過ごしてきたことに気付く		12
6	②	中学校生活への「不安」をレジリエンスを生かして話し合う	「期待・安心」を高め、「不安」を軽減②	中学校生活の「不安・悩み」の解決策をレジリエンスを生かして話し合う	④	13
7		中学校生徒との手紙の交流で、中学校生活への理解を深める	小：中学生との手紙交流 中：自分のよさを強化	自分のよさを自己評価・他者評価で知り、自分の強みとする		14

2 検証尺度と調査対象

(1) 中学生用レジリエンス尺度

本尺度は、石毛・無藤（2005）によって作成された、中学生のレジリエンスを測定するためのものである。「自己志向性」「関係志向性」「楽観性」の3因子21項目から構成されており、各項目内容に対して、1. まったくあてはまらない 2. あまりあてはまらない 3. 少しあてはまる 4. よくあてはまる の4件法で回答を求めるものになっている。本尺度を小学校での授業プログラムの事前・事後（12月・3月）と、中学校での授業プログラムの事前・事後（5月・7月）の合計4回調査し、レジリエンスの変容について性差を含め検討した。

(2) 中学校生活予期不安尺度

本尺度は、南・浅川・秋光・西村（2011）によって作成された、中学校入学前の不安（予期不安）を測定するためのものである。「社会・文化的不安」「対人的不安」の2因子16項目から構成されており、各項目内容に対して、1. ぜんぜんそう思わない 2. 少しそう思う 3. かなりそう思う 4. 非常にそう思う の4件法で回答を求めるものとなっている。また、数字が大きいほど予期不安が高いという評価となっている。本尺度を小学校での授業プログラムの事前・事後（1月・3月）の2回調査し、①予期不安の変容 ②予期不安とレジリエンスの関係について性差を含め検討した。

(3) 学校生活適応感測定尺度

本尺度は、浅川・尾崎・古川（2003）によって作成された、中学校入学初期における学校適応感を測定するためのものである。「部活動への意欲」「自己肯定感」「家族関係」「教師との関係」「友人関係」「進路意識」「学習への意欲」の7因子36項目から構成されており、各項目内容に対して、1. 全く思わない 2. あまり思わない 3. 少しそう思う 4. 全くそう思う の4件法で回答を求めるものとなっている。本尺度を中学校での授業プログラムの事前・事後（5月・7月）の2回調査し、①中学校入学

初期の学校適応感の変容 ②中学校生活の適応感とレジリエンスの関係について性差を含め検討した。

(4) 調査対象

研究協力校A小学校の6年生児童27名(男子9名, 女子18名), 研究協力校B小学校の6年生児童19名(男子9名, 女子10名)の計46名を対象に小学校での授業プログラムを実施した。その中で, A・Bの進学先である研究協力校C中学校に進学した41名と, 研究協力校A・B小学校以外から進学した1名の計42名を対象に中学校での授業プログラムを実施した。小・中学校の両方で授業プログラムを実施した41名の中で, 調査回答に不備のなかった40名(男子16名, 女子24名)を対象とした。

Ⅲ 研究内容

1 研究1

(1) 目的

小中移行期の児童生徒にレジリエンスを育む学習と中学校生活への不安軽減を関連付けた授業プログラムを実施し, それによるレジリエンスの変容を性差を含めて明らかにする。

(2) 授業プログラムの期間・検証尺度(調査時期)

期 間: 小学校 2017年1月中旬～3月上旬, 中学校 2017年5月中旬～7月上旬

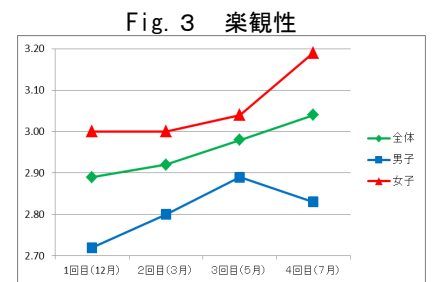
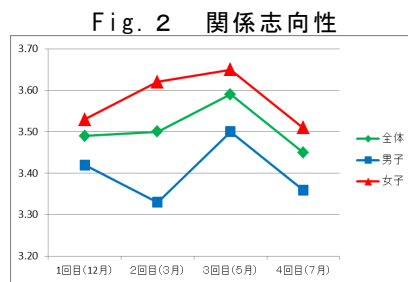
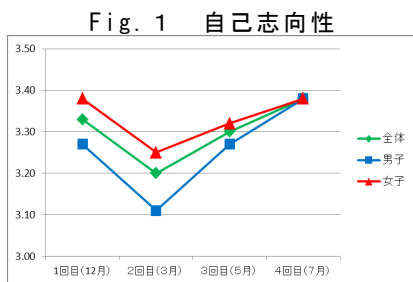
検証尺度: 中学生用レジリエンス尺度(2016年12月, 2017年3月・5月・7月の4回)

(3) 結果

Table 1は, 中学生用レジリエンス尺度の3因子「自己志向性」「関係志向性」「楽観性」の平均値と標準偏差, 性差を検討するために行ったマン・ホイットニーのU検定の結果である。自己志向性の4回目を除いた全ての調査において女子が男子より平均値が高いという結果が示された。各調査時点で男女の性差について検討したが, 有意差は見られなかった。また, Fig. 1～3は下位尺度の平均値の変化をグラフ化したものである。

Table 1 中学生用レジリエンス尺度の下位尺度の平均値・標準偏差・マン・ホイットニーのU検定の結果

	1回目(12月)			2回目(3月)			3回目(5月)			4回目(7月)			
	男子(N=16)	女子(N=24)	全体(N=40)	男子(N=16)	女子(N=24)	全体(N=40)	男子(N=16)	女子(N=24)	全体(N=40)	男子(N=16)	女子(N=24)	全体(N=40)	
自己志向性	M	3.27	3.38	3.33	3.11	3.25	3.20	3.27	3.32	3.30	3.38	3.38	3.38
	SD	0.476	0.310	0.383	0.586	0.430	0.496	0.441	0.420	0.424	0.512	0.396	0.439
	Z値	-0.624			-0.610			-0.222			-0.305		
関係志向性	M	3.42	3.53	3.49	3.33	3.62	3.50	3.50	3.65	3.59	3.36	3.51	3.45
	SD	0.554	0.481	0.508	0.527	0.446	0.494	0.475	0.384	0.424	0.555	0.531	0.539
	Z値	-0.727			-1.889			-1.125			-0.854		
楽観性	M	2.72	3.00	2.89	2.80	3.00	2.92	2.89	3.04	2.98	2.83	3.19	3.04
	SD	0.752	0.460	0.602	0.534	0.684	0.629	0.532	0.633	0.592	0.561	0.689	0.658
	Z値	-1.351			-1.222			-0.696			-1.700		



自己志向性

1回目から3回目までの調査において, 女子が男子の平均値を上回っていた。また, 男女共に2回目の調査で平均値の低下が見られ, 中学校入学後の3回目・4回目の調査で高まるという共通点が見られた。小学校での調査(1回目・2回目)では男女の平均値に差が見られたが, 中学校での3回目の調査でその差が小さくなり, 4回目の調査では性差による平均値の差は見られなくなった(Fig. 1)。各調査時点における平均値について, 性差における有意差は見られなかった(Table 1)。

関係志向性

1回目から4回目までの調査において、女子が男子の平均値を上回っていた。また、男子は小学校での2回目の調査で平均値の低下が見られたが、女子の平均値は上昇し男女の違いが見られた。一方で、中学校入学後の3回目は男女共に平均値が上昇し、4回目は低下するという共通点が見られた (Fig. 2)。各調査時点における平均値について、性差における有意差は見られなかった (Table 1)。

楽観性

1回目から4回目までの調査において、女子が男子の平均値を上回っていた。また、男子は1回目から3回目までの調査で平均値の高まりが見られていたが、中学校での授業プログラム後の4回目の調査で平均値の低下が見られた。女子は、1回目と2回目に平均値に変化が見られなかったが、2回目以降の調査では、平均値が高まった (Fig. 3)。各調査時点における平均値について、性差における有意差は見られなかった (Table 1)。

Table 2は、4回の調査における下位尺度の平均値の変化を検討するためにフリードマン検定を行った結果である。全体と男女それぞれの下位尺度の変化について検討したが、有意差は見られなかった。

Table 2 中学生用レジリエンス尺度の下位尺度のフリードマン検定の結果

	自己志向性			関係志向性			楽観性		
	男子(N=16)	女子(N=24)	全体(N=40)	男子(N=16)	女子(N=24)	全体(N=40)	男子(N=16)	女子(N=24)	全体(N=40)
χ^2	3.86	0.80	3.57	4.39	2.33	2.42	1.98	2.75	2.53
自由度	3	3	3	3	3	3	3	3	3

2 研究2

(1) 目的

小中移行期の児童にレジリエンスを育む学習と中学校生活への不安軽減を関連付けた授業プログラムを実施し、それによる予期不安の変容とレジリエンスとの関連を性差を含めて明らかにする。

(2) 授業プログラムの期間・検証尺度 (調査時期)

期 間：小学校 2017年1月中旬～3月上旬

検証尺度：中学校生活予期不安尺度 (2017年1月・3月の2回)

中学生用レジリエンス尺度 (2016年12月, 2017年3月の2回)

(3) 結果

Table 3は、中学校生活予期不安尺度の2因子「社会・文化的不安」「対人的不安」の平均値と標準偏差、性差を検討するために行ったマン・ホイットニーのU検定の結果である。各調査時点で男女の性差について検討したが、有意差は見られなかった。また、Fig. 4・Fig. 5は下位尺度の平均値の変化をグラフ化したもので、Table 4は、下位尺度の1回目と2回目の平均値を比較するために行ったウィルコクソンの符号付順位検定の結果である。

Table 3 中学校生活予期不安尺度の下位尺度の平均値・標準偏差・マン・ホイットニーのU検定の結果

	1回目(1月)			2回目(3月)			
	男子(N=16)	女子(N=24)	全体(N=40)	男子(N=16)	女子(N=24)	全体(N=40)	
社会・文化的不安	<i>M</i>	2.28	2.51	2.43	2.45	2.29	2.36
	<i>SD</i>	0.816	0.637	0.713	0.731	0.544	0.622
	Z値	-1.122			-0.887		
対人的不安	<i>M</i>	1.73	2.07	1.94	1.73	2.03	1.91
	<i>SD</i>	0.826	0.730	0.778	0.713	0.610	0.661
	Z値	-1.927			-1.567		

社会・文化的不安

1回目では、女子の平均値が男子より高く「社会・文化的不安」は女子が高いことが示された。小学校での授業プログラム後の2回目では、男子の平均値が高くなる一方、女子の平均値が低下し、男子の「社会・文化的不安」が女子より高まる結果となった (Fig. 4)。各調査時点における平均値について、性差における有意差は見られなかった (Table 3)。また、全体と男女の1回目と2回目の平均値の変化をそれぞれ検討したが、有意差は見られなかった (Table 4)。

対人的不安

1回目、2回目とも、女子の平均値が男子より高く「対人的不安」は女子が高いことが示された。授業プログラムの前後で男子の平均値に変化はなかったが、女子の平均値が低下し予期不安が軽減されたことが示された (Fig. 5)。各調査時点における平均値について、性差における有意差は見られなかった (Table 3)。また、全体と男女の1回目と2回目の平均値の変化をそれぞれ検討したが、有意差は見られなかった (Table 4)。

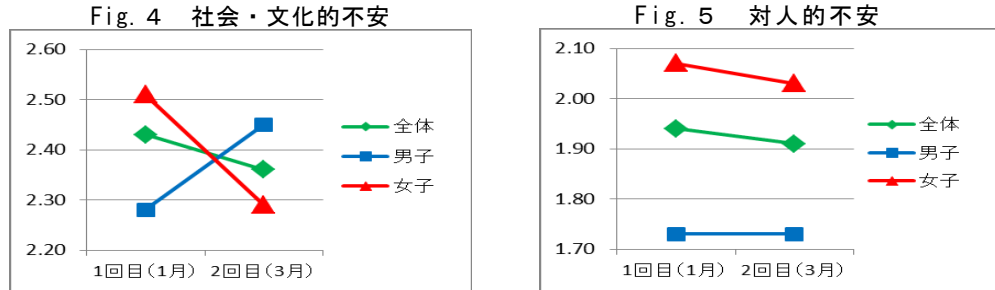


Table 4 中学校生活予期不安尺度のウィルコクソンの符号付き順位検定の結果

下位尺度	負の順位	負の順位	正の順位	正の順位	同順位	Z値	
	N	平均ランク	N	平均ランク			
全体	社会・文化的不安	22	18.59	16	20.75	2	-0.559
	対人的不安	16	20.84	20	16.63	4	-0.008
男子	社会・文化的不安	8	5.81	7	10.50	1	-0.768
	対人的不安	7	5.93	6	8.25	3	-0.280
女子	社会・文化的不安	14	13.04	9	10.39	1	-1.355
	対人的不安	9	15.22	14	9.93	1	-0.031

Table 5は、小学校1月に調査した中学校生活予期不安尺度1回目と中学生用レジリエンス尺度1回目の調査結果を基に、下位尺度の関連についてスピアマンの順位相関係数を算出した結果である。全体では、レジリエンスの「自己志向性」に対して、「対人的不安」に低い負の相関がみられた。次に性差について検討すると、男子はレジリエンスの「関係志向性」「楽観性」に対して、「社会・文化的不安」に負の相関が見られ、レジリエンスの「自己志向性」に対して、「対人的不安」に低い負の相関が見られた。女子では、レジリエンスの「楽観性」に対して、「対人的不安」に低い負の相関が見られた。しかし、いずれも有意な相関は認められなかった。

Table 5 中学校生活予期不安尺度と中学生用レジリエンス尺度のスピアマンの順位相関係数

		N=40(男子N=16 女子N=24)		
		自己志向性	関係志向性	楽観性
社会・文化的不安	全体	-.049	-.055	-.178
	男子	-.060	-.405	-.417
	女子	-.020	.195	.029
対人的不安	全体	-.266	-.095	-.164
	男子	-.314	-.133	-.186
	女子	-.172	-.018	-.233

3 研究3

(1) 目的

小中移行期の生徒にレジリエンスを育む学習と中学校生活の不安軽減を関連付けた授業プログラムを実施し、それによる中学校生活への適応感の変容とレジリエンスとの関連を性差を含めて明らかにする。

(2) 授業プログラムの期間・検証尺度 (調査時期)

期 間：中学校 2017年5月中旬～7月上旬

検証尺度：学校生活適応感測定尺度 (2017年5月・7月の2回)

中学生用レジリエンス尺度 (2017年5月・7月の2回)

(3) 結果

Table 6は、学校生活適応感測定尺度の7因子「部活動への意欲」「自己肯定感」「家族関係」「教師との関係」「友人関係」「進路意識」「学習への意欲」の平均値と標準偏差、性差を検討するために行ったマン・ホイットニーのU検定の結果である。また、Fig. 6～12は下位尺度の平均値の変化をグラフ化

したもので、Table 7は、下位尺度の1回目と2回目の平均値を比較するために行ったウィルコクソンの符号付順位検定の結果である。

Table 6 学校生活適応感測定尺度の下位尺度の平均値・標準偏差・マン・ホイットニーのU検定の結果

	1回目(5月)			2回目(7月)			
	男子(N=16)	女子(N=24)	全体(N=40)	男子(N=16)	女子(N=24)	全体(N=40)	
部活動への意欲	M	3.61	3.43	3.50	3.51	3.40	3.44
	SD	0.486	0.554	0.530	0.522	0.603	0.568
	Z値	-1.225			-0.645		
自己肯定感	M	3.18	2.64	2.85	2.68	2.84	2.78
	SD	0.598	0.619	0.659	0.842	0.744	0.778
	Z値	-2.814**			-0.513		
家族関係	M	3.21	3.44	3.35	3.22	3.45	3.36
	SD	0.598	0.568	0.585	0.719	0.522	0.611
	Z値	-1.162			-0.978		
教師との関係	M	3.20	3.08	3.13	3.29	3.22	3.25
	SD	0.689	0.635	0.651	0.492	0.676	0.603
	Z値	-0.750			-0.028		
友人関係	M	3.54	3.67	3.62	3.42	3.68	3.58
	SD	0.392	0.382	0.387	0.537	0.401	0.472
	Z値	-1.263			-1.904		
進路意識	M	3.19	3.31	3.26	3.02	3.12	3.09
	SD	0.583	0.659	0.625	0.847	0.722	0.766
	Z値	-0.663			-0.435		
学習への意欲	M	3.00	3.07	3.04	2.98	3.10	3.05
	SD	0.780	0.645	0.693	0.736	0.577	0.639
	Z値	-0.210			-0.634		

** $p < .01$

Fig. 6 部活動への意欲

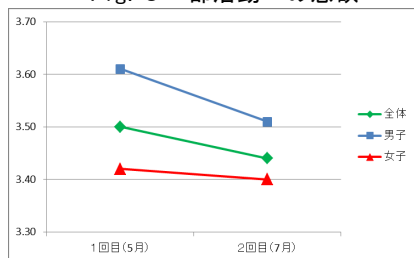


Fig. 7 自己肯定感

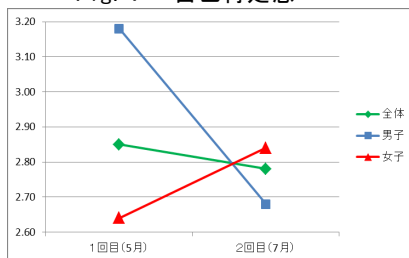


Fig. 8 家族関係

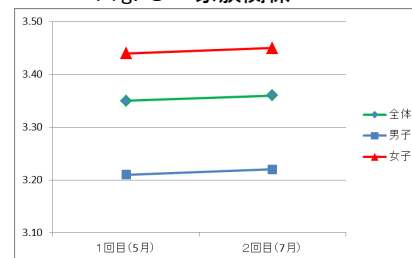


Fig. 9 教師との関係

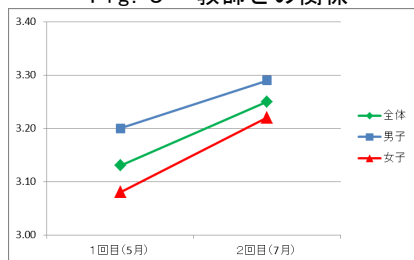


Fig. 10 友人関係

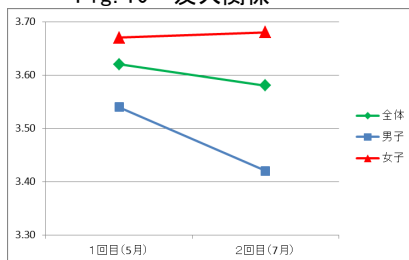


Fig. 11 進路意識

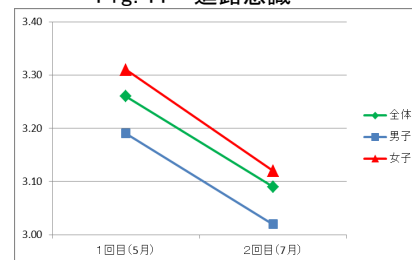
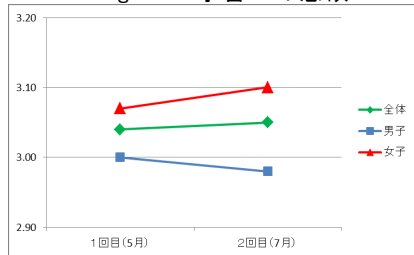


Fig. 12 学習への意欲



部活動への意欲

1回目、2回目とも、男子の平均値が女子より高く、「部活動への意欲」は男子が高いことが示された。しかし、中学校での授業プログラム後の2回目では、男女共に平均値の低下が見られ、女子より男子が大きく低下した (Fig. 6)。各調査時点における平均値について、性差における有意差は見られなかった (Table 6)。また、全体と男女の1回目と2回目の平均値の変化をそれぞれ検討したが、有意差は見られなかった (Table 7)。

自己肯定感

1回目では、男子の平均値が女子よりも高かったが、中学校での授業プログラム後の2回目では、女子

の平均値が高くなる一方で、男子の平均値が著しく低下した。その結果、男子の「自己肯定感」が女子を下回った (Fig. 7)。1回目の調査における平均値について、1%水準で性差における有意差が見られた (Table 6)。また、全体と男女の1回目と2回目の平均値の変化をそれぞれ検討したが、全体と男子では有意差は見られなかったが、女子では、5%水準で有意差が見られた (Table 7)。

家族関係

1回目、2回目とも、女子の平均値が男子より高く、「家族関係」は女子が高いことが示された。中学校での授業プログラム後の2回目では、男女共に平均値がわずかに高まった (Fig. 8)。各調査時点における平均値について、性差における有意差は見られなかった (Table 6)。また、全体と男女の1回目と2回目の平均値の変化をそれぞれ検討したが、有意差は見られなかった (Table 7)。

教師との関係

1回目、2回目とも、男子の平均値が女子より高く、「教師との関係」は男子が高いことが示された。中学校での授業プログラム後の2回目では、男女共に平均値が高まった (Fig. 9)。各調査時点における平均値について、性差における有意差は見られなかった (Table 6)。また、全体と男女の1回目と2回目の平均値の変化をそれぞれ検討したが、有意差は見られなかった (Table 7)。

友人関係

1回目、2回目とも、女子の平均値が男子より高く、「友人関係」は女子が高いことが示された。中学校での授業プログラム後の2回目では、女子の平均値が高くなる一方で、男子の平均値が低下し、男女の変化に違いが見られた (Fig. 10)。各調査時点における平均値について、性差における有意差は見られなかった (Table 6)。また、全体と男女の1回目と2回目の平均値の変化をそれぞれ検討したが、有意差は見られなかった (Table 7)。

進路意識

1回目、2回目とも、女子の平均値が男子より高く、「進路意識」は女子が高いことが示された。中学校での授業プログラム後の2回目では、男女共に平均値が低下した (Fig. 11)。各調査時点における平均値について、性差における有意差は見られなかった (Table 6)。また、全体と男女の1回目と2回目の平均値の変化をそれぞれ検討したが、有意差は見られなかった (Table 7)。

Table 7 学校生活適応感測定尺度のウィルコクソンの符号付き順位検定の結果

学習への意欲

1回目、2回目とも、女子の平均値が男子より高く「学習への意欲」は女子が高いことが示された。中学校での授業プログラム後の2回目では、女子の平均値が高くなる一方で、男子の平均値が低下し、男女の変化に違いが見られた (Fig. 12)。各調査時点における平均値について、性差における有意差は見られなかった (Table 6)。また、全体と男女の1回目と2回目の平均値の変化をそれぞれ検討したが、有意差は見られなかった (Table 7)。

下位尺度	負の順位		正の順位		同順位	Z値	
	N	平均ランク	N	平均ランク			
全体	部活動への意欲	14	14.07	11	11.64	15	-0.936
	自己肯定感	18	19.81	20	19.23	2	-0.203
	家族関係	16	12.75	13	17.77	11	-0.294
	教師との関係	15	16.57	21	19.88	4	-1.340
	友人関係	16	13.09	10	14.15	14	-0.868
	進路意識	14	14.86	10	9.20	16	-1.665
	学習への意欲	13	11.73	12	14.38	15	-0.272
	男子	部活動への意欲	5	6.20	4	3.50	7
自己肯定感		11	9.36	5	6.60	0	-1.815
家族関係		6	8.17	8	7.00	2	-0.220
教師との関係		7	6.50	7	8.50	2	-0.449
友人関係		8	6.69	4	6.13	4	-1.144
進路意識		7	5.64	4	6.63	5	-0.581
学習への意欲		6	4.42	4	7.13	6	-0.103
女子		部活動への意欲	9	8.22	7	8.86	8
	自己肯定感	7	9.07	15	12.63	2	-2.050 *
	家族関係	10	6.00	5	12.00	9	0.000
	教師との関係	8	10.88	14	11.86	2	-1.289
	友人関係	8	6.63	6	8.67	10	-0.320
	進路意識	7	9.93	6	3.58	11	-1.686
	学習への意欲	7	8.00	8	8.00	9	-0.230

* $p < .05$

Table 8は、中学校入学後の5月に調査した学校生活適応感測定尺度1回目と中学生用レジリエンス尺度3回目の調査結果を基に、下位尺度の関連についてスピアマンの順位相関係数を算出した結果である。

全体は、レジリエンスの「自己志向性」に対して、「教師との関係」「学習への意欲」において5%水準で有意な低い正の相関が認められた。レジリエンスの「関係志向性」に対して、「友人関係」「進路意識」において1%水準で有意な正の相関が認められ、「教師との関係」において5%水準で有意な低い正の相関が認められた。レジリエンスの「楽観性」に対して、「部活動への意欲」「家族関係」「友人関係」「進路意識」において1%水準で有意な正の相関が認められ、「自己肯定感」「教師との関係」「学習への意欲」において5%水準で有意な低い正の相関が認められた。

次に、性差について検討した。男子は、レジリエンスの「自己志向性」に対して、「部活動への意欲」において5%水準で有意な正の相関が認められた。レジリエンスの「関係志向性」に対して、「家族関係」において5%水準で有意な負の相関が認められ、「友人関係」において5%水準で有意な正の相関が認められた。また、レジリエンスの「楽観性」に対しては、有意な相関が認められなかった。

女子は、レジリエンスの「自己志向性」に対して、「教師との関係」において5%水準で有意な正の相関が認められた。レジリエンスの「関係志向性」に対して、「友人関係」において1%水準の有意な正の相関が認められ、「自己肯定感」「家族関係」「教師との関係」「進路意識」において5%水準の有意な正の相関が認められた。レジリエンスの「楽観性」に対して、「部活動への意欲」「自己肯定感」「友人関係」「進路意識」において1%水準の有意な正の相関が認められ、「家族関係」「学習への意欲」において5%水準の有意な正の相関が認められた。

IV 考察

研究1では、レジリエンスの変容を検討したが、全ての下位尺度において女子の平均値が男子より高い結果となった。下位尺度を見てみると「自己志向性」は、男女共に小学校での授業プログラム後に一度平均値が低下し、中学校で高まっている。これは、授業プログラムにより自分の判断や行動を学習前より客観的に捉えるようになったことで、一度は厳しく自己評価し、その後は自分の評価を前向きに捉えたためと考えられる。「関係志向性」は、男女共に中学校入学後に高くなり、その後低下するという共通点が見られた。これは、中学校入学後に新しい友人と良好な関係を築くために、初めのうちは相手に良い面を見せようとするが、その後は関係が深まっていく中で、考えの違う友達との関わりを経験していくためと考えられる。「楽観性」については、男女共に平均値の高まりが見られたが、中学校での授業プログラム後に女子の平均値が大きく上昇している。これは、前向きな思考である「楽観性」を、認知との関係で学習したため、心理的発達の性差が影響したと考えられる。小中移行期における、レジリエンスの「楽観性」「感情調整」「関係性」を生かした授業プログラムは、中学校での授業プログラム後に男子の平均値に低下が見られたが、小学校での授業プログラム前からの変容を考えると、特に「楽観性」を高めることに有効だと推測される。

研究2では、中学校生活への予期不安の変容とレジリエンスの関連を検討した。中学校生活への予期不安は女子が高く、授業プログラム後の予期不安の低下も女子のみに見られた。つまり、予期不安が高い傾向に

Table 8 中学校生活適応間測定尺度と中学生用レジリエンス尺度のスピアマンの順位相関係数
N=40(男子N=16 女子N=24)

		自己志向性	関係志向性	楽観性
部活動への意欲	全体	.300	.207	.437 **
	男子	.603 *	.284	.354
	女子	.056	.211	.529 **
自己肯定感	全体	.155	.266	.370 *
	男子	.150	.390	.426
	女子	.286	.430 *	.525 **
家族関係	全体	.097	.173	.453 **
	男子	.077	-.536 *	.348
	女子	.064	.479 *	.453 *
教師との関係	全体	.315 *	.355 *	.342 *
	男子	.154	.225	.280
	女子	.423 *	.458 *	.404
友人関係	全体	.191	.576 **	.455 **
	男子	.210	.525 *	.323
	女子	.182	.608 **	.527 **
進路意識	全体	.271	.450 **	.502 **
	男子	.285	.337	.385
	女子	.245	.497 *	.571 **
学習への意欲	全体	.366 *	.210	.335 *
	男子	.467	.054	.120
	女子	.318	.297	.438 *

** $p < .01$ * $p < .05$

ある女子に授業プログラムが有効であったと推測される。しかしながら、レジリエンスとの有意な相関が認められなかったことから、予期不安の軽減は授業プログラム内の中学校生活への不安軽減の活動が影響したことが主たる要因と考えられる。

研究3では、中学校生活への適応感の変容とレジリエンスの関連を検討した。下位尺度の「部活動への意欲」「教師との関係」の2因子で男子の平均値が高く、「家族関係」「友人関係」「進路意識」「学習への意欲」の4因子で女子の平均値が高い。「自己肯定感」の1因子で、1回目は男子が、2回目は女子が平均値が高いという結果となった。つまり、男女によって中学校生活の中で適応を感じる項目が異なることが示唆された。学校では、性差を考慮した教育的支援をしていくことで、新入生の中学校生活への適応が促されると考えられる。また、女子の「関係志向性」「楽観性」が学校生活適応感測定尺度の下位尺度の多くの項目と有意な相関が認められたことから、本研究で作成した授業プログラムが小中移行期の、特に女子生徒の中学校生活への適応に有効であることが示唆された。

V 課題

本研究は、レジリエンスを生かした授業プログラムを作成し、小学校ではレジリエンスと中学校生活への予期不安について、中学校ではレジリエンスと中学校生活の適応感について、その変容と関連を検討した。結果、レジリエンスと予期不安については有意な相関は見られなかったが、レジリエンスと中学校生活の適応感については有意な相関が見られた。このことから、予期不安と中学校生活の適応感に関連性がない可能性が考えられる。小学校の学校適応感と中学校の学校適応感の関連が指摘されていることから、小学校での授業プログラムの内容を、レジリエンスと小学校生活への適応と関連付けた方がより効果的な授業プログラムになると考えられる。今後、そのような視点から授業プログラムの改善をし、検討する必要がある。

本研究を通して、変化の激しい社会を生きる子供たちが、直面する様々な困難を乗り越え社会に適応できる心の力を育むために、レジリエンスを含めた情動に関する指導を学校教育で行っていく必要があると考える。

〈引用文献・URL〉

- 1 文部科学省 2016 「児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査」
- 2 文部科学省 2014 「小中一貫教育の制度化及び総合的な推進方策について（審議のまとめ（案））」
- 3 岡山県総合教育センター 2013 「不登校の未然防止に関する調査研究－中学校入学前後の予期不安、リアリティショックに焦点を当てて－」
<http://www.edu-ctr.pref.okayama.jp/> (2017. 12. 8)
- 4 石毛みどり・無藤隆 2005 「中学生における精神的健康とレジリエンスおよびソーシャル・サポートの関連－受験期の学業場面に着目して－」 心理学研究 53 pp. 356－367
- 5 齊藤和貴・岡安孝弘 2009 「最近のレジリエンス研究の動向と課題」 明治大学心理社会学研究 第4号 pp. 72－84
- 6 文部科学省 2014 「情動の科学的解明と教育等への応用に関する調査研究協力者会議 審議のまとめ」
- 7 久世浩司 2016 『マンガでやさしくわかるレジリエンス』 p. 34 日本能率協会マネジメントセンター
- 8 小玉正博 2014 『へこんでも折れないレジリエンス思考』 p. 30 河出書房新社
- 9 平野真理 2010 「レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み－二次元レジリエンス要因尺度（BRS）の作成 パーソナリティ研究 第19巻 第2号 pp. 94－106
- 10 八重沢央・越良子 2015 「中学校入学時期の生徒におけるレジリエンスと学校適応および家族機能との関連」 日本学校心理士年報 第8号 pp. 53－64
- 11 原郁水・都築繁幸 2014 「保健教育への応用を目指したレジリエンス育成プログラムに関する文献的考察」 協会開発学論文集 第2号 pp. 193－197
- 12 久世浩司 2015 『[図解] なぜ超一流の人は打たれ強いのか レジリエンス－折れない心の育て方』 pp. 52－55 PHP研究所
- 13 木村文香・加藤美帆 2007 「小中移行期における「学校不適応」に関する考察：パネル調査の分析

から」 お茶の水女子大学子供発達教育研究センター紀要

<http://hdl.handle.net/10083/3536> (2017. 12. 11)

- 14 石毛みどり 2010 「中学生のレジリエンシー：3つの特性をもとにした類型化」 白梅学園大学短期大学 教育・福祉研究センター研究年報 No. 15 pp. 12-24
- 15 南雅則・浅川潔司・秋光恵子・西村淳 2011 「小学生の予期不安と中学校入学後の学校適応感との関係に関する学校心理学的研究」 教育心理学研究 第59巻 pp. 114-154
- 16 浅川潔司・尾崎高弘・古川雅文 2003 「中学校新入生の学校適応に関する学校心理学的研究」 兵庫教育大学研究紀要 第23巻 pp. 81-88