

児童を対象としたハッピークラスプログラム (対人関係能力促進支援)による介入実践の検討

QOLの変化について

森 和代・阿部道代・神庭直子・
北見由奈・永田一誠・煙山千尋・
石川利江

キーワード：児童，対人関係能力，QOL

問 題

1 児童の社会性に関する問題

良好な対人関係は、学校における児童の生活の質を向上させ、心身の健康および適応状態の増進に大きな役割を果たすといえる。しかし児童の学校生活の実態を検討すると、対人関係が良好といえない状況がみられる。

文部科学省が発表した「生徒指導上の諸問題の現状について」（2006）によれば、2005年度の公立の小・中学校におけるいじめの発生件数は、小学校 5,087件 [前年度 5,551件]，中学校12,794件 [前年度13,915件] であり、2年連続減少していることが示された。

しかし、いじめが発生した学校の、全学校数に占める割合は、小学校 11.3 パーセント、中学校 34.6 パーセントであり、小学校では10校に1校、中学校では3校に1校以上いじめ問題が生じている。いじめの態様については、小・中学校では「冷やかしのからかい」が最も多いという実態が明らかになった。

また、公立の小・中学校の児童生徒が起こした暴力行為の発生件数は、学校内が、小学校2,018件 [前年度1,890件]，中学校23,115件 [前年度23,110件] であり、学校外は、小学校158件 [前年度210件]，中学校 2,681件 [前年度 2,874件] となっている。学校内が前年度より若干増加し、学校外が5年連続減少、合計は前年度とほぼ同じであった。

2005年度間に30日以上欠席した不登校児童生徒は、公立小学校22,709人 [前年度23,318人]，中学校99,578人 [前年度100,040人] であり、4年連続で減少した。在籍児童生徒数に占める割合は、小学校 0.32 パーセント、中学校 2.75 パーセントとなっている。

不登校児童生徒が在籍する学校数は19,036校（小学校9,738校，中学校9,298校）であり、全学校数

に占める割合は55.7パーセント（小学校42.1パーセント，中学校84.3パーセント）となっている。

学校適応に関するこれらの生徒指導の問題は、いずれの側面においても減少傾向が示されているものの、問題を抱えている児童生徒は後を絶たず、検討すべき重要な課題であることが示されている。

児童生徒における上述の問題の背景には、情動コントロールや、対人関係の形成をはじめとする社会的スキルの未熟さが関与することが想定される。文部科学省においても、2005年度「伝え合う力を養う調査研究事業」「情動の科学的解明と教育等への応用に関する検討会」が実施され、課題解決にむけた検討の推進が期待されている。

近年、問題が顕在化した児童への個別指導は、スクールカウンセラーの派遣などの三次的教育支援の枠組みの中で対応を充実させつつある。スクールカウンセラーについては、1995年度から文部科学省による調査研究が実施されており、2006年度には全国の公立中学校を中心に約1万校に配置・派遣されるに至っている。その成果として、スクールカウンセラー派遣校において、いじめ、不登校、暴力行為などの問題行動の発生率の減少が見られており、また、校長や都道府県・指定都市教育委員会を対象としたアンケートの結果からも、配置の効果を評価する意見や、小学校への配置、スクールカウンセラーの配置時間数の拡大を希望する意見などが多くみられる。

しかし、問題が顕在化していない一般の児童でも、「仲のよい友達ちといても疲れる」、「クラスの中に話せる友達がいない」、など仲間関係の問題を示す児童は10パーセント近くみられると報告されている（ベネッセ教育研究所 2000）。このような実態の中で、一次的教育支援としての、一般の児童に向けた予防的な健康教育は、模索段階といえる（國分・大友 2001、竹中 1996、滝 2001、山中・富永 2000、山崎 2000など）。

児童の対人関係能力を促進し、社会的適応を支援する方法の一つとして、社会的スキル訓練が知られている。

社会的スキルは、他者からのポジティブな強化を増加させ罰を低減させるもの、対人的な目標を達成するために適切なコミュニケーション行動を選択する能力、などと定義され、社会心理的に良好な状態の維持に必要であり、スキルの欠如は多くの問題を生むと考えられている（Greene, & Bursleson, 2003など）。社会的スキルを促進する訓練を行うことにより、他者に受け入れられ易くなり、有効な交流が可能になることから、生活の質が向上すると考えられている。欧米では25年くらい前からこのような訓練が実施されている。社会的スキル訓練は、社会的学習理論に基づき、具体的な行動変容を目指しており、通常、アセスメント、教示、モデリング、ロールプレイ、宿題、フォローアップにより構成されている。治療、予防、スキルの向上の機能をもつことが示唆されている。

現代は少子化などの影響により、乳幼児期からの社会的経験の蓄積が充分といえず、社会的スキルの修得は、児童一般の課題といえる。このため、発達支援や不適応の予防の視点から、学級単位の集団社会的スキル訓練が注目されている。しかし介入効果検証に関する研究の蓄積はまだ

充分といえない。

小学生を対象とした集団社会的スキル訓練研究では、社会的スキル修得の効果のみでなく対象児の社会的適応の向上や、訓練効果の持続性などが検討されている。藤枝・相川（1999）は、小学校3年生から6年生を対象に6つの目標スキルを育成するプログラムを実践した。この結果、積極的な聞き方、感情を分かち合う、の得点の有意な上昇が示された。金山・後藤・佐藤（2000）は、小学校3年生を対象として社会的スキル訓練を行い、目標とした葛藤解決スキル、社会的働きかけスキル、主張性スキルが、統制群と比較して有意に増加し、6ヵ月後も効果が維持されていることを示した。

児童生徒の適応上の問題や社会的問題を改善するためには、社会的スキル教育が有効であることが示唆されたといえる。

小野寺・河村（2003）は、学校における学級単位の対人関係能力育成プログラム研究の動向を展望し、6つの課題を提示した。それらは、統制群を学校現場で無理なく設定すること、フォローアップデータを取得すること、実践者を学校の教員で行うこと、プログラム実践の般化をすること、ソーシャル・スキルの発達段階を明らかにし、それに基づいたプログラムを展開すること、学校現場において時間的に無理なく実施すること、を挙げている。

2 ハッピークラスプログラム（対人関係能力促進支援）について

前述の児童の社会性に関する問題を考慮して、筆者らは、ハッピークラスプログラム（対人関係能力促進支援プログラム）を作成した。ハッピークラスプログラムは、自己への気づきを基盤として、他者への共感的理解、コミュニケーション能力、セルフコントロール能力、問題解決能力を推進することをめざす総合的な対人関係支援プログラムとして構成された。プログラムの実施によって、児童が良好な対人関係を構築し、充実した学校生活を送ることが期待できる。また、担任教諭にとっては、円滑なクラス運営を促進する役割を果たすと考えられる。

プログラム案は、Ogilvy（1994）などによるCSST（集団社会的スキル訓練：）や、イライアス（1999）などによるSEL（社会性と情動の教育プログラム）といった集団スキル訓練を参照として、筆者らが構成し、協力の承諾を得た実験校に提案を行った。この案をもとに研究主任をはじめとする現場教諭と協議・検討し、合意を得て2004年度実施プログラムを構成した。プログラムの構成にあたっては、前述の小野寺・河村（2003）の述べた課題を考慮した。しかし、課題に関しては、現場の教員の意向を取り入れて低・中・高学年用プログラムの目標を同一とした。高学年であっても、基礎的な社会的スキルがきちんと獲得されているとはいえないため、学年別の目標を設定するのではなく、難易度を調整し、課題をそろえて全学で同じ目標に取り組む効果が重要と考えられたためである。また、先行研究においては、特定の学年を対象として、3から10セッションの介入効果を検討している。これに対して本研究では長期的な効果の検討を行うことを目指した。

5月から各月あたり約1回の授業時を割り当て(6月は2回)、年間11回の実施が計画された。主として総合の時間が充当された。上述の5つの各カテゴリーには、以下の2から3セッションが含まれる。自己理解(ボディワーク、自分について知ろう)、共感的理解(他者の感情への気づき^{1, 2})、コミュニケーション能力(あいさつ、聞き方・伝え方、集団における自己表現)、セルフコントロール能力(ストレス反応、リラクゼーション)、問題解決能力(ブレインストーミング、異学年支援)授業時間以外にも、朝の会や帰りの会などに、随時振り返りを行うことが推奨された。授業実践に際して、筆者らも参加して研究会や研修会を定期的に実施し、問題点などの検討を行った。社会的なスキルが日常生活に般化するためには、長期的な教育支援や、学校全体の環境調整が重要な役割を果たすと考えられる。実験校では、全学でプログラムに取り組み、学内の全教員が、研究者を交えた研究会や研究授業をとおして、問題を共有しており、環境調整が推進されたといえる。

3 児童のQOL

Greeneら(2003)などが述べたように、社会的スキル訓練により、関係性が向上し、生活の質の向上が期待できる。しかし、社会的スキル訓練が社会的スキルの向上に効果をもたらすという研究結果はみられるものの、児童のQOLにおよぼす効果について検討した研究を検索することはできなかった。子どものQOLに関する研究は、ぜんそく、心臓疾患、がん、PTSD、不安、自閉症、ADHD、肥満など何らかの疾病や障害をもつ児童を対象としたものがほとんどで(例えばShoup et al. 2008など)、一般の健常児を対象としたものはみられない。心理学分野の文献検索システム psycINFO を用いて、2007年から2008年11月の期間における児童を対象としたQOLの英語文献を検索すると、ヒットしたのは49件であり、そのうち健常児を対象とした研究は1件のみであった。

健康心理学が生活の質を重視することを考慮すると、児童の生活の質を、社会的スキル向上の視点から検討することは意義があると考えられる。

目 的

筆者らの提案に基づき、2004年度よりS市立小学校において介入実践を行った対人関係能力促進を目的とする年間プログラム(ハッピークラスプログラム)の実施による効果を検討することを目的とした。

本研究では、小学校5、6年生を対象として1年間の介入実践の前後において実験群と統制群との比較を行い、児童の生活の質に焦点をあてて、介入の効果を検証することを目的とした。

方 法

調査対象のうちデータ分析対象者は、S市立小学校5、6年生（実験校141名；5年生69名・6年生72名、統制校267名；5年生112名・6年生55名）であった。

調査時期は、年度はじめとおわりの2回で、2004年5月および2005年2月であった。

調査手続きは、朝の時間に教室内で一斉に配布し、記入方法の説明をして、記入後その場で回収した。担任教諭が実施し、大学院の学生らが補助した。

材料は、小学生版 QOL 尺度（柴田ら2003）の一部（健康・情動的 Well-being・自尊感情・友だち・学校生活の5下位尺度）を用いた。原版に含まれる下位尺度の「家族」は、現場教員の要望により除いた。各下位尺度は4項目で構成され、この1週間の自分の状態について、1. ぜんぜんなかった、から4. いつもあった、の4件法で回答する形式である。原版は、5件法であったが、本調査では、同時に調査を行った他の尺度にあわせて4件法とした。各下位尺度の得点範囲は4点から16点である。

分析には、統計分析ソフト SPSS13.0 を用いた。

結 果

実験校および統制校における、介入前（プレ）と介入後（ポスト）の、小学生版 QOL 尺度下位尺度得点平均値およびSDは、表1に示すとおりであった。分析は、学年初めと学年末のデータが揃った者を対象とした。反転項目は、得点を反転させて下位尺度得点に加算した。したがって16点に近いほど良好な傾向を示す。実験校、統制校とも情動的 Well-being は比較的良好であるのに対し、自尊感情は低い傾向があることが読み取れた。

表1 小学生版 QOL 尺度得点平均 (SD)

	健康	Well-being	自尊感情	友だち	学校生活
実験校プレ	12.28(2.44)	13.34(2.18)	8.09(2.49)	11.35(1.99)	10.17(2.29)
実験校ポスト	11.10(2.46)	13.00(2.37)	7.82(2.47)	11.58(1.98)	10.14(2.20)
統制校プレ	12.21(2.35)	13.35(2.12)	9.17(2.66)	11.95(1.93)	11.06(2.33)
統制校ポスト	10.96(2.88)	11.59(3.65)	9.44(3.13)	10.96(2.61)	10.17(2.49)

実験校と統制校の比較をするために、柴田ら（2003）による小学生版 QOL 尺度の5下位尺度（身体的健康・情動的 Well-being・自尊感情・友だち・学校生活）各下位尺度について2（学校）×2（測定時期：プレ・ポスト）2要因の分散分析（混合計画）を行った。

その結果、「情動的 Well-being」は、測定時期の主効果 $F(1,404)=34.25, p<.001$ 、学校の主効

果 $F(1,404)=15.74, p<.01$, 学校と測定時期の交互作用 $F(1,404)=15.74, p<.001$, が有意であることが確認された(図1参照)。「学校生活」については, 測定時期の主効果 $F(1,401)=9.50, p<.01$,

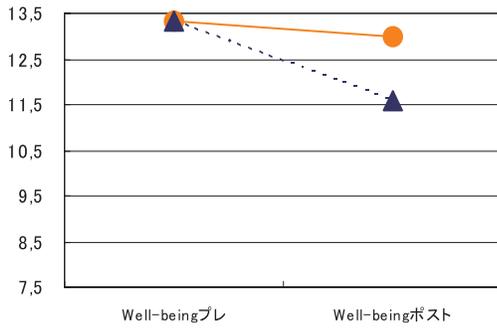


図 1 : Well-being の変化

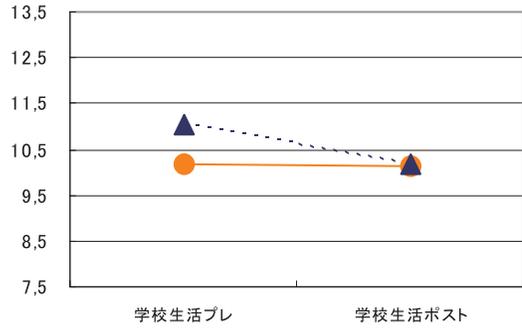


図 2 : 学校生活の変化

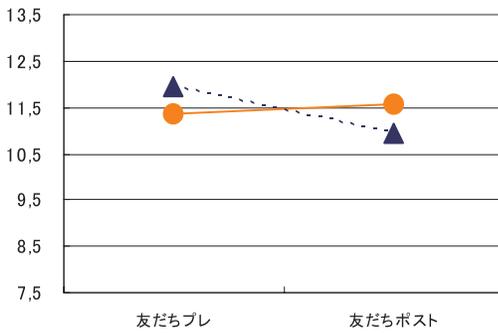


図 3 : 友だちの変化

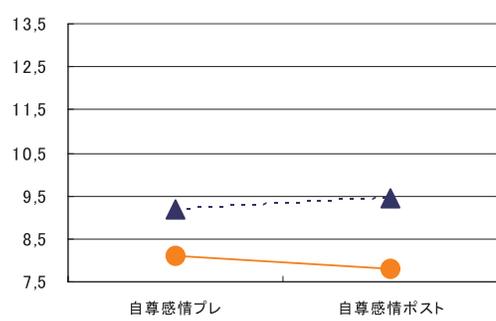


図 4 : 自尊感情の変化

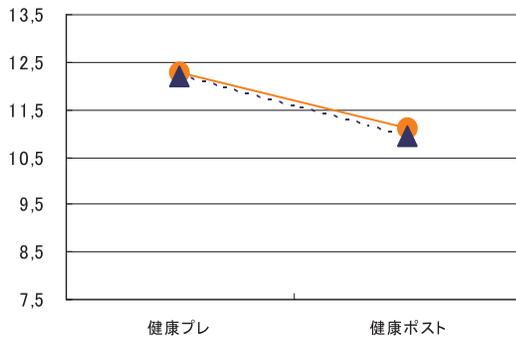
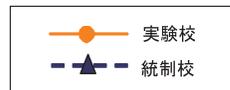


図 5 : 身体的健康の変化



学校の主効果 $F(1,401)=5.48, p<.05$, 学校と測定時期の交互作用 $F(1,401)=8.08, p<.01$, が有意であることが確認された（図2参照）。「友だち」は、測定時期の主効果 $F(1,404)=7.30, p<.01$, 交互作用 $F(1,404)=19.03, p<.001$ が有意であることが確認された。学校の主効果はみられなかった（図3参照）。「自尊感情」は、学校の主効果 $F(1,405)=37.73, p<.001$ が示され、測定時期の主効果、測定時期と学校の交互作用はみられなかった（図4参照）。「身体的健康」は、測定時期の主効果 $F(1,406)=62.39, p<.001$ が有意であることが確認された。

考 察

小学生版 QOL 尺度を構成する 5 下位尺度のうち、「情動的 Well-being」, 「友だち」, 「学校生活」について交互作用が示され、介入の有効性が検証されたといえることができる。

「身体的健康」については、ポストテストの実施時期が 2 月で、感冒流行時期であることの影響が想定される。また、自尊感情については変容が容易でないことが推測された。

後藤ら(2001)や、小野寺・河村(2003)によれば、アセスメントに基づき、訓練対象児の発達段階に合致した社会的スキルが、標的スキルとして選択されるかどうか、訓練効果を生み出す重要な要因になることが示唆されている。本プログラムは、長期的な介入により、対人関係能力という社会的スキルを底上げすることを目指しており、特定のスキルに焦点をあてて飛躍的な効果を得ることは困難であるといえる。しかしスキル評価ではなく、生活の質に焦点をあてると、その有効性が示されることが明らかになった。また、個々の授業における児童の振り返りの記述分析から、授業時のテーマに関する気づきや、日常活動への活用に関する動機付けが芽生えていることが示唆されており、これらの蓄積は長期的な変化の原動力となることが期待できる(森ら 2004)。

高学年児童は、社会的比較により自己評価が低下する傾向が示されている（コンピテンスの自己評価の低下：Nicholls,1978, 自律性や挑戦の低下：桜井・高野, 1985 など）。本研究では対人関係能力に関するスキル育成により、自己評価の低下が軽減される可能性が示唆されており、一定の効果を検証することができた。介入の継続により、さらに検討を重ねたい。

引用文献

- 藤枝静暁・相川充 1999 学級単位による社会的スキル訓練の試み 東京学芸大学紀要第1部門第50集 13-22
- 後藤吉道・佐藤正二・高山巖 2001 児童に対する集団社会的スキル訓練の効果 カウンセリング研究, 34, 13-21
- Greene,J.O & Burlison,B.R. 2003 Handbook of Communication and Social Interaction Skills. LEA
 イライアス M.J. 他著(訳) 小泉令三 1999 社会性と感情の教育 教育者のためのガイドライン39 北大
 路書房
- 金山元春・後藤吉道・佐藤正二 2000 児童の孤独感低減に及ぼす学級単位の集団社会的スキル訓練の効果
 行動療法研究 26 83-96

- 國分康孝・大友秀人 2001 授業に生かすカウンセリング - エンカウンター 誠心書房
- 森和代・石川利江 2004 ストレスマネジメントの実践 シンポジウム：健康心理学におけるストレスへの多様なアプローチ (企画：津田彰) 日本健康心理学会第4回大会発表論文集 69
- 文部科学省 2006 生徒指導上の諸問題の現状について (概要)http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/18/12/0706050/.htm
- Ogilvy, C.O. 1994 Social Skills Training with Children and Adolescents: A review of the evidence on effectiveness. *Educational Psychology*, 14, 73-83
- Nicholls, J.G. 1978 The development of the concepts of effort and ability, perception of own attainment, and the understanding that difficult tasks require more ability, *Child Development*, 49, 800-814
- 小野寺正巳・河村茂雄 2003 学校における対人関係能力育成プログラム研究の動向 学級単位の取り組みを中心に - カウンセリング研究 36 272-281
- 桜井茂男・高野清純 1985 内発的 - 外発的動機づけ測定尺度の開発 筑波大学心理学研究, 7, 43-54
- 柴田玲子・根本芳子・松崎くみ子・田中大介・川口毅・神田晃・古荘純一・奥山真紀子・飯倉洋治 2003 日本における Kid-KINDL Questionnaire (小学生版 QOL 尺度) の検討 日本小児科学会雑誌 107, 1514-1520
- Shoup, J., Gattshall, M., Dandamudi, P. & Estabrooks, P. 2008 Physical activity, quality of life, and weight status in overweight children. *Quality of Life Research: An International Journal of Quality of Life Aspects of Treatment, Care & Rehabilitation*, 17, 407-412.
- 竹中晃二 1997 子どものためのストレスマネジメント教育 北大路書房
- 滝充 2001 ピア・サポートではじめる学校づくり小学校編 「総合的な学習の時間」に行う「心の教育」金子書房
- 山中 寛・富永良喜 2000 動作とイメージによるストレスマネジメント教育 基礎編 子どもの生きる力と教師の自信回復 北大路書房
- 山崎勝之 2000 心の健康教育 子どもを守り、学校を立て直す 星和書店