（課程博士・様式７）（Doctoral degree with coursework,Form 7）

学 位 論 文 要 旨

Summary of Doctoral Thesis

専　　攻：　　共同教科開発学専攻　　氏　　名：　　原　　郁水

論文題目：小学生のレジリエンスを高めることを目的とした保健教育プログラムの開発

論文要旨：

本研究の目的は、「困難に直面した際の適応や回復を導く心理特性であり、高めることができるもの」と定義した「レジリエンス」を育成するための実践プログラムを開発し、その効果評価を厳密に行い、小学校体育科保健領域で活用可能なレジリエンスの育成方法を提案することである。

第１章では、これまで国内外で報告されているレジリエンスに関する研究を、歴史や定義、測定方法、介入等の点から整理した。特にレジリエンスの尺度と育成のための介入方法に関しては、新たな視点からの分類を提案した。また、これらの分析から①日本において子どもに関する基礎研究が不足していることや尺度が整備されていないこと、②子どもへの介入に関する研究が不足していることの２点を課題として挙げた。

第２章では、第１章であげた課題①を解決するために、レジリエンスとストレス、セルフエスティームに関する基礎研究を行い、子どものレジリエンスはストレスやストレス感受性とほとんど独立して存在し、独自にセルフエスティームを高める働きがあることを明らかにした。さらに、尺度に関する課題を解決するために、欧米や日本における先行研究であげられた因子のうち個人内要因を概ねカバーしていると考えられる精神的回復力尺度を援用して、「肯定的な未来志向」「興味関心の追求」「感情調整」の３因子からなる小学生用レジリエンス尺度を作成し、回復経験の点から妥当性を確認した。

第３章では、課題②を解決するために子どもへの介入プログラムの開発に関する予備的な研究を行った。ここでは、第１章で行った既存の介入プログラムのまとめを受けて、小学校で実施可能なスキル重視型のプログラムとして、「原因帰属」「自己理解」「気持ちと考え」に注目した。原因帰属では、調査研究により、原因によっては失敗が今後も続かないとする永続性次元の認知がレジリエンスと関連することを明らかにした。自己理解では、自己理解に関する 10 分間の実践を行うことで、児童のレジリエンスが高まることを確認した。また、気持ちと考えでは、30 分と 10 分間の講義形式の実践を組み合わせて行うことで、授業の時間や内容に応じてレジリエンスの下位尺度である感情調整や興味関心が高まることを明らかにした。しかしこれらの研究では、１つは調査研究、他の２つは時間の短い介入であったため、いずれもこのままでは介入プログラムとして不十分だと考えられた。そのため、これらの内容を 45 分間の授業形式の実践で行うことが必要であると考えられた。

第４章では、第３章の課題を克服するべく 45 分間の介入内容をさらに検討し、これを実際に小学校

で実施し、2 章で開発した小学生版レジリエンス尺度によって効果を検証する実証的研究を行った。その結果、原因帰属に関する実践の前後でレジリエンス下位因子の未来志向が、自己理解に関する実践の前後で興味関心の追求が、気持ちと考えに関する実践の前後で感情調整が高まることが明らかになった。また、事前調査で把握した児童の「落ちこみ」の有無によっても、実践の効果は異なっていた。さらに、実践直後と 1 週間後のフォローアップ調査の結果を比較すると、各レジリエンス得点が減少していないことが明らかになった。これらより今回開発した実践がレジリエンスにある程度持続する効果を持つことが分かった。第 4 章ではレジリエンスを構成する 3 つの因子 1 つずつに着目して実践が行われたため、その後の課題として、①レジリエンス全体が高まるかどうかを検討すること、②厳密な評価のために統制群と比較することの 2 点を挙げた。

第 5 章では、第 4 章で述べた 2 つの課題と、複数の介入プログラムを組み合わせた積み重ねの効果を検討するために、同一の対象者に 45 分の実践プログラムを「原因帰属」「自己理解」「気持ちと考え」の順序で各 1 回、計 3 回行い、同年代の対照群を設定し、効果測定のために小学生用レジリエンス尺度の得点を用いた介入研究を行った。その結果、介入を重ねる毎にレジリエンス全体や各因子得点が高まること、授業前から「落ちこみ」がある児童であっても、それ以外の児童とほとんど並行してレジリエンスの各得点が高まるという結果を得た。また、統制群との比較で反復測定分散分析の交互作用が有意となったため、単純主効果の比較を行い、介入群のみプログラムの前後でレジリエンスが有意に高まるという結果を得た。この結果は、このパッケージ化されたプログラムの有効性を示す本研究における重要なエビデンスであると思われる。一方、授業後の感想を分析した結果から、「原因帰属」および「気持ちと考え」の介入では、「よくわかった」という「理解」や「やってみたい」という「実践意欲」に関わる感想を記入している児童のレジリエンスがより高まっていたが、「自己理解」に関する実践ではむしろ、「楽しかった」という授業への「参加意欲」に関する感想を記入している児童の方がよりレジリンスが高まるという結果を得た。さらに、「落ちこみ」がある児童の分析から、1 つの介入では効果が低くてもパッケージ化された複数の介入を組み合わせたプログラムを準備することで、そうした児童に対して一定の効果を上げることができることを確認することができた。

第 6 章では、本研究で得られた結果を整理してまとめるとともに、今後の課題について、介入順序に関する問題、日常の体験活動や生徒指導との関連、縦断的研究の必要性の 3 点を論じた。