

望ましい人間関係形成力に関する調査研究

—自尊感情・他尊感情とストレスの分析を通して—

長期研修員 須藤 健

研究の背景・目的

児童生徒をめぐる問題



校内暴力



いじめ



不登校

指摘されている課題

- 学ぶ意欲、学力・体力の低下
- 問題行動
- 規範意識や倫理観の低下

など

原因は、なんだろうか？

先行研究から…

- 人間関係の希薄化
 - 自尊・他尊感情の低下
 - 高まるストレス
- など



原因に対する未然の手立てが必要なのは…
 そもそも、自尊感情・他尊感情の低下とは、どういう意味なんだろうか？

自尊感情:「自分は自分でよい」「自分は役に立っている」などの自分の価値や有能さについての感覚や感情。
他尊感情:他人の喜びや悲しみがわかる感情。

自尊感情・他尊感情を高めることで、問題の未然防止につなげられないか？
 また、ストレスとどう関係があるのか？

問題の未然防止のために、できることはなんだろうか？

自尊感情・他尊感情とストレスの分析

からアプローチ

<研究仮説>

「児童生徒は、さまざまなストレス（ストレス要因）の中で生活しているが、自尊感情・他尊感情が共に高い児童生徒は、ストレスが少なく、ストレス反応を引き起こしにくい」

仮説を基に、アンケートを作成。SOSアンケートは、国立教育政策研究所の生徒指導研究センターで作成された「問題事象の未然防止に向けた生徒指導の取り組み方」(2010)の質問紙例と青島朋子が作成した自尊感情尺度、石川満佐育・石隈利紀らが作成した、他者を尊重する態度である他尊感情尺度を参考にして基本となる項目を作成した。



※**SOS**アンケート：**S**elf-esteem(自尊感情)、**O**ther-esteem(他尊感情)、**S**tress(ストレス)の頭文字を繋げたもの。児童生徒の**SOS**サインを見逃さないという思いも込められている。

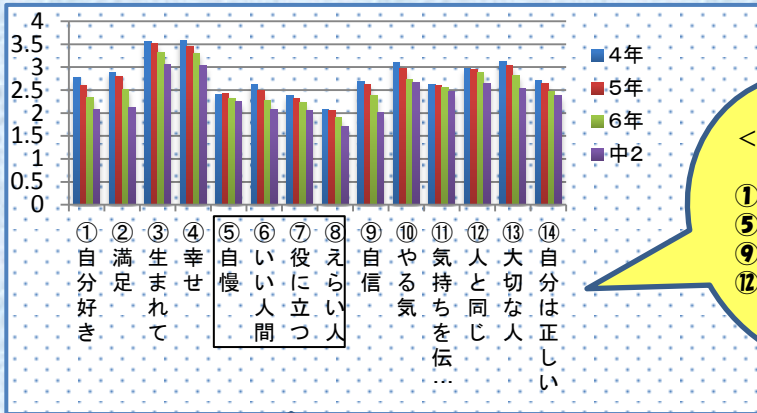
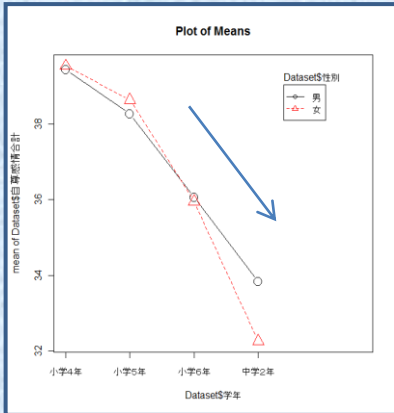
調査項目

- 学校・教師・親・友人に対する適応感アンケート(8項目)
- 自尊感情に関するアンケート(14項目)
- ストレス反応に関するアンケート(15項目)
- 他尊感情に関するアンケート(14項目)
- ストレスに関するアンケート(小学生15項目、中学生18項目)

調査結果・1

自尊感情

男女共に学年が進むに連れて下がっていく。項目別では、③「自分は、生まれてきてよかった」や④「生きていて幸せだ」の自尊感情に関する基本的な質問で、どの学年も高かった。逆に、⑤「人に自慢できることがたくさんある」や⑧「自分は将来、えらい人になれる」などの自己有用感にあたる質問で平均点が低かった。



<カテゴリー名>

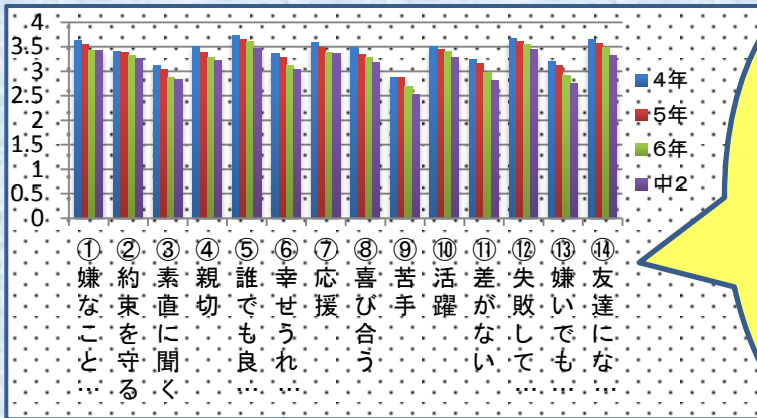
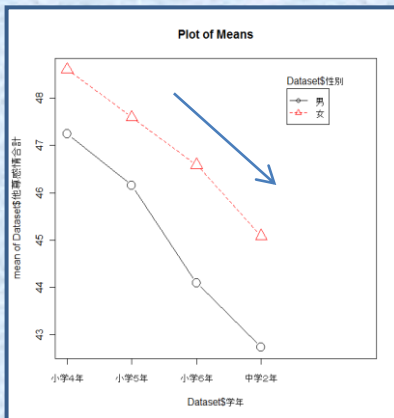
- ①～④: 自己受容
- ⑤～⑧: 自己有用
- ⑨～⑪: 自己効力
- ⑫～⑭: 自己存在

考察

⑩「自分は、やる気になれば何でもできる」や⑫「たいいていのことは、人と同じくらいできる」では、比較的高い平均点だが、「自己有用感」にあたる質問の得点は低いので、自分ではできているが、他者からは自分のことを認められていないという意識が感じられる。

他尊感情

自尊感情と同様に男女共、学年が進むに連れて下がっていくが、平均点は自尊感情から見るとかなり高い。t検定の結果、小中学校共に女子が有意に高かった。男子は6年生で大きく平均点を下げている。項目別に見ると、⑥「人はみんな、それぞれ良いところがあると思う」と⑫「人は、だれでも失敗するし、失敗することは悪くない」の二つが、小中学校共に高くなっている。



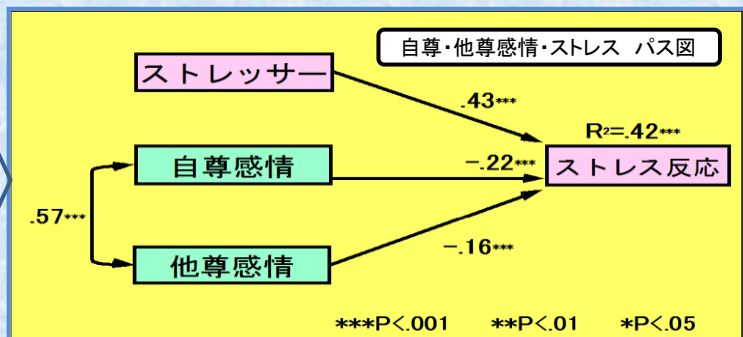
<カテゴリー名>

- ①: 非攻撃的
- ②③: 誠実
- ④: 親切
- ⑤: 価値
- ⑥: 尊重
- ⑦⑧: 奨励
- ⑨～⑪: 受容
- ⑫⑬: 許す
- ⑭: 友好的

考察

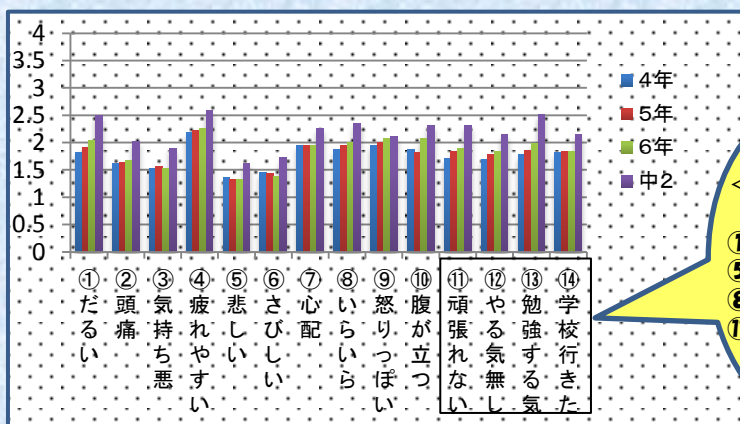
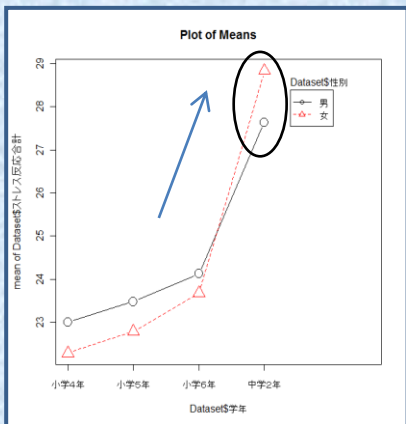
学年の平均点で比較すると4・5年と6・中2の二つに分けられる。特に、6年生男子に大きく変化が見られ、⑪「人間に生まれつきの差はない」や⑬「嫌いな人でも、素晴らしいことをしたら素直に喜べる」が低くなっている。他者との関係をより厳しくとらえ始めていることが分かる。

自尊感情・他尊感情とストレスの関係を重回帰分析し、パス図に表した。自尊感情・他尊感情・ストレスの三要因は、ストレス反応を42%の率で説明でき、自尊感情・他尊感情共、ストレス反応に対して有意な負の影響を持つことがわかる。また、係数の大きさから、自尊感情がよりストレス反応に強い影響を持つと言える。そして、自尊感情と他尊感情の関係を見ると、強い正の相関があるので、両者を共に高める必要があるということがわかる。



ストレス反応

男女共に学年が進むに連れて高くなっていく。t検定の結果、小学校では、男子が女子より有意に高く、中学校では、逆に女子が有意に高くなっている。項目別では、④「疲れやすい」が小学校では、平均2点を超えて最も高くなった。また、中学校は全ての項目で小学校よりかなり高くなっている、ストレスの量が増えていることが分かる。



<カテゴリー名>

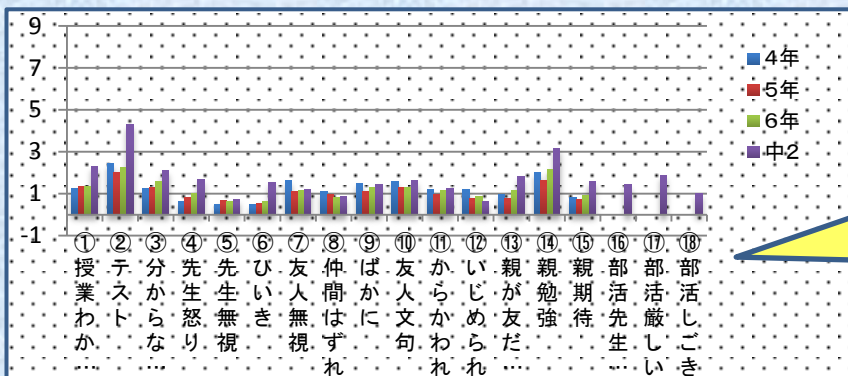
- ①～④: 身体的反応
- ⑤～⑦: 不安感情
- ⑧～⑩: 不機嫌感情
- ⑪～⑭: 無気力

考察

④「疲れやすい」を除くと小学校では、⑨「怒りっぽい」や⑩「誰かにはらが立つ」などの不機嫌感情が高く、中学校では⑪「あまり、がんばれない」や⑬「勉強する気にならない」などの無気力感情が高くなっている。

ストレス（ストレス要因）

項目別に見てみると、4年生では⑦「友だちに無視された」や⑩「誰かにいじめられた」など友人関係の質問で高い平均点を示したが、5・6年生では4年生よりもかなり低くなっている。友人関係の変化が5年生を境に始まると思われる。また、②「テストの点が思ったよりも悪かった」や⑭「うちの人が勉強するようにうるさく言った」などの勉強に関する質問の平均点が高く、特に、中学校で大きなストレス要因になっていることがはっきりと示された。

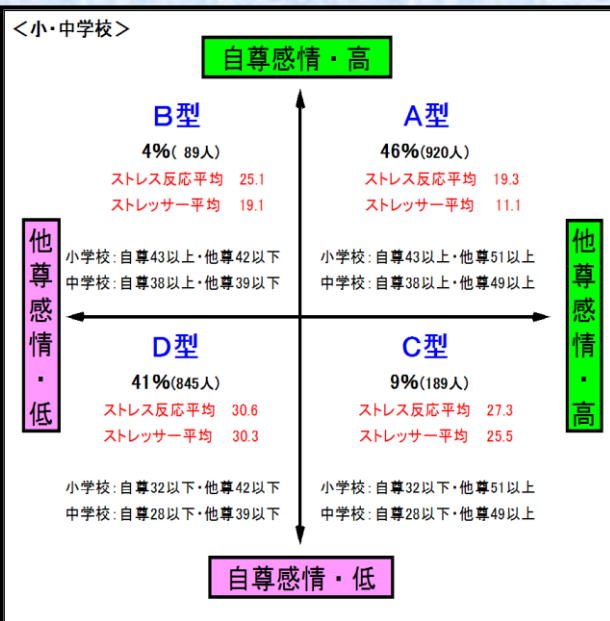


<カテゴリー名>

- ①～③: 勉強関係
- ④～⑥: 教師関係
- ⑦～⑫: 友人関係
- ⑬～⑮: 家庭関係
- ⑯～⑱: 部活動(中学校のみ)

自尊・他尊感情とストレス

調査結果から、自尊感情が高い児童生徒は、他尊感情も比例して高まっていることから、バランスよく高めることがストレスを回避する力につながる。そして、そのバランスについて考察すると、自尊感情が高く他尊感情も高いA型は、ストレス反応もストレスも最も低いことが分かる。次に、自尊感情が低く他尊感情も低いD型は、ストレス反応もストレスも最も高くなっている。そして、自尊感情は高いが他尊感情が低いB型は、自尊感情が低く、他尊感情が高いC型に比べて、ストレス反応もストレスも低くなっていることから、まずは自尊感情を高め、あわせて他尊感情も高めることがストレスを回避する力につながる。と言える。



研究の考察とまとめ <中学校>



「学校が楽しい」と感じている生徒は、自尊感情だけでなく**他尊感情も高い**。



女子のストレス反応得点が、男子に比べ有意に高い。**男子は「あまり、がんばれない」「勉強する気にならない」などの「無気力」、女子は男子同様「無気力」に加えて、「不安」「不機嫌」の得点が高い。**



「自尊感情」は男子の得点が高く、「他尊感情」は女子の得点が高かったが、男女共に言えることは、「**自尊感情が高い生徒は「両親との関係」がよい。**



自尊・他尊感情共に、小規模校と中規模校に有意差はなく、大規模校が最も低い。

提 言 <中学校>

問題行動の未然防止への取組から、豊かな心の育成のために

「自尊感情・他尊感情をバランスよく高めましょう」

※【 】の中は特に高めたい感情



◎**SOSアンケート**により自尊感情尺度・他尊感情尺度のチェックを定期的に行い、学校や学年の特徴を知り、課題点を改善するための計画的な手立てを、学校全体で実践しましょう。 【自尊感情】【他尊感情】

◎**A型の子が多い集団には**、自尊・他尊感情共に高く良好ですが、さらに伸ばすために、生徒会活動や学級活動において、リーダーとして全体のことを考えながら活躍ができるような場面を設定しましょう。 【自尊感情】【他尊感情】

◎**B型の子が多い集団には**、行事や部活動などの集団活動の学習を通して経験的に対人関係を身につけさせ、他人を認め、尊重し、思いやる心を育てましょう。 【他尊感情】

◎**C型の子が多い集団には**、行事や委員会活動、学級での係活動において、生徒の主体的な活動を促進する様な支援をし、家庭との連携もさらに図りましょう。 【自尊感情】

◎**D型の子が多い集団には**、自尊・他尊感情が共に低いので、まず、あいさつなどの基本的な生活習慣の確立と、異学年交流でコミュニケーション能力などの人間関係形成力を高める取組をしましょう。また、家庭との連携を強化しましょう。 【自尊感情】【他尊感情】

自尊感情・他尊感情 質問項目

自尊感情	自己受容	自分のことが好き 今の自分に満足している 自分は、生まれてきてよかった 生きていて、幸せだ
	自己有用	人に自慢できることがたくさんある 自分は、いい人間だ 自分は、みんなの役に立っている 自分は将来、えらい人になれる
	自己効力	自分に自信がある 自分は、やる気になれば、何でもできる 自分の気持ちを他の人に、はっきりと伝えられる
	自己存在	たいていのことは、人と同じくらいできる 自分は、みんなと同じくらい大切な人間である 自分の決めたことや自分のすることを正しいと思う
	非攻撃的	人がいやだと感じるようなことはしたくない
他尊感情	誠実	人と約束したことは、必ず守る 人の言うことは、素直に聞ける
	親切	困っている人には、自分から進んで親切にしたい
	価値	人は、みんな、それぞれ良いところがあると思う
	尊重	人が幸せそうだと自分もうれしくなる
	奨励	人が、がんばっていると、応援しようと思う 自分は、相手と喜び合うことを大切にしている
	受容	苦手な人でもいっしょに遊べる 人は誰でも、その人が一番活躍できる場所があると思う 人間に生まれつきの差は、ないと思う
	許す	人は、だれでも失敗するし、失敗することは悪くない 嫌いな人でも、すばらしいことをしたら素直に喜べる
	友好的	できるだけ多くの人と友だちになりたい

問い合わせ先

群馬県総合教育センター
担当係：生徒指導相談係

0270-26-9217(直通)