

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 高橋 洋

研究の背景

児童生徒をめぐる問題



校内暴力



いじめ



不登校

要因として

先行調査・研究

ストレスの増加

・競争的価値観が強い

自尊感情の低下

・心が傷つきやすい

児童生徒は、
どんなストレス
を抱えている
のだろう？

他にも、要
因はない
のかな？

自尊感情
だけ、高く
なればい
いの？

そこで・・・

下のような仮説を立て、群馬県の児童生徒の
実態を明らかにする調査を行いました。

望ましい人間関係を
つくるため・・・

- ・アンケートを通して、児童生徒の
ストレス、ストレス反応の実
態を明らかにする。
- ・アンケートの分析を通して、問題
の要因を複合的に捉える。
- ・自尊感情以外に他尊感情も高め
る必要がある。

仮説

児童生徒は、さまざまなストレスの中で生活して
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。

調査
対象

群馬県内の小学校4、5、6年生と中学校2年生の児童生徒に対して、四段階評定尺度法を用いた質問紙調査（SOSアンケート）を実施。

標本数は、小学生2,727人、中学生1,620人。総計4,347人。

調査
項目

- 学校家庭適応感（学校・教師・親・友人に対する適応感）アンケート（8項目）
- ストレス反応に関するアンケート（15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）
- 自尊感情に関するアンケート（14項目）○他尊感情に関するアンケート（14項目）

用語
解説

- ①**自尊感情**:よい点も悪い点も含めて、自分自身を認め、大切に思う気持ち。
- ②**他尊感情**:他者を思いやり、自分と同じように大切に思う気持ち。
- ③**ストレス反応**:何らかのストレス要因によって、心や体に起こる反応。
- ④**ストレス**:ストレス反応を引き起こす要因。
- ⑤**学校家庭適応感**:学校や家庭での生活環境にどの程度、適応しているかの感覚。
- ⑥**SOSアンケート**:仮説を基に作成したアンケート。Self-esteem（自尊感情）、Other-esteem（他尊感情）、Stress（ストレス）の頭文字を繋げたもの。



調査結果・1

自尊・他尊感情とストレス

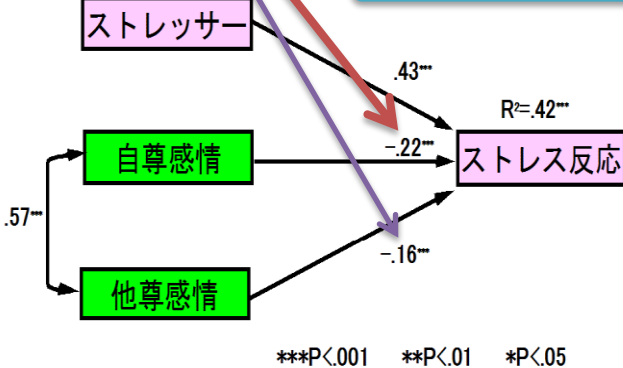
自尊感情・他尊感情が共に高いA型は、ストレスが最も低く、続いてB型、C型の順に高くなっていく。自尊感情・他尊感情が共に低いD型は、ストレスが最も高い。

自尊感情と他尊感情を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事が分かる。

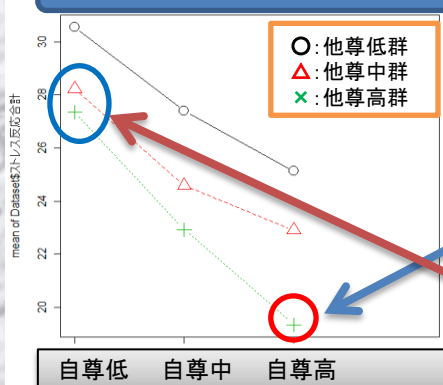
重回帰分析の結果、自尊感情と他尊感情がストレス反応を軽減していることがはっきりした。

係数の大ききから自尊感情がよりストレス反応に強い影響をもつと言える。

重回帰分析 パス図



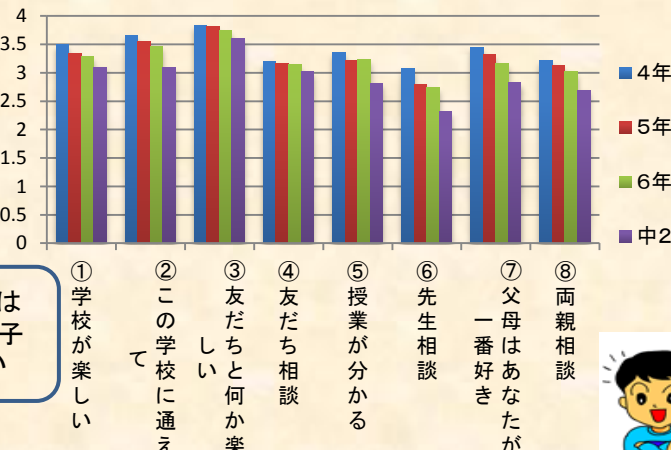
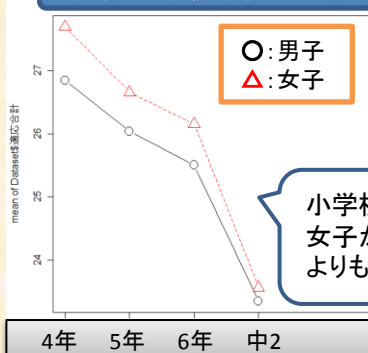
自尊・他尊感情3群 ストレス反応



自尊感情・他尊感情を3群に分け、比較した。自尊感情・他尊感情共に高い者が最もストレス反応が低い。他尊感情が高くても自尊感情が低いとストレス反応は高くなる。

学校家庭適応感

学年別 学校家庭適応感



どの学年でも、①「学校が楽しい」、②「この学校に通えてよかった」と感じている児童生徒が多い。

小中学校共に③「学校の友だちと何かをするのは楽しい」の得点が最も高いことから、友人関係が学校適応とかかわりが強いことが分かる。



学校家庭適応感と自尊感情・他尊感情の相関

	学校が楽しい	両親に何でも話せる	授業がわかる	先生に何でも相談できる	友人と何かをするのは楽しい	両親は自分のことが好き	友人に何でも相談できる	この学校に通えてよかった	自尊感情	他尊感情
学校が楽しい				☆	☆			☆		☆
両親に何でも話せる				☆		☆			☆	
授業がわかる										
先生に何でも相談できる	☆	☆								☆
友人と何かをするのは楽しい	☆						☆	☆		☆
両親は自分のことが好き		☆							☆	
友人に何でも相談できる					☆					☆
この学校に通えてよかった	☆				☆				☆	☆
自尊感情		☆				☆				☆
他尊感情	☆			☆	☆		☆	☆	☆	

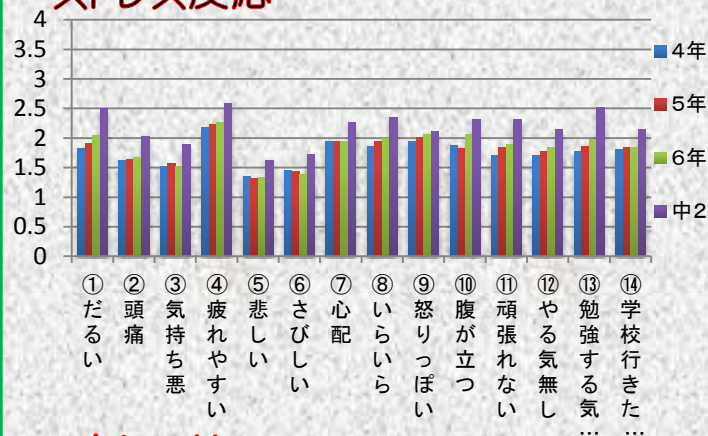
図の見方

空欄: 低い正の相関がある
 ☆: やや強い正の相関がある

他尊感情と学校家庭適応感の項目との正の相関が相対的に強い。他尊感情の高い児童は、教師や友人との関係が良く学校を楽しんでいる。自尊感情の高低と親子関係の適応とに正の相関が強いことも分かった。

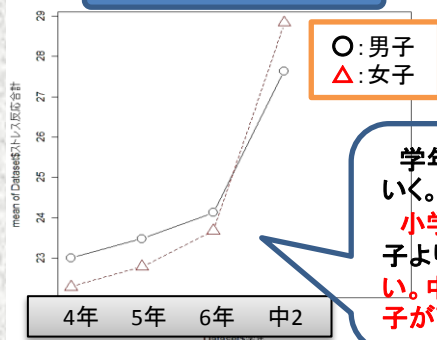
調査結果・2

ストレス反応



小中学生共に、④「疲れやすい」の得点が最も高い。小学校では、⑨「怒りっぽい」や⑩「誰かにほら立つ」などの不機嫌感情が高くなっている。

学年別 ストレス反応



学年を追って高くなっていく。

小学校では、女子が男子よりもストレス反応は低い。中学校では、逆に、女子が高くなっている。

ストレスサー



4年生では⑦「友だちに無視された」など、友人関係の項目で高い平均点を示したが、5・6年生ではかなり低くなってことから、友人関係の変化が高学年を境に始まると考えられる。また、5年生は⑮「うちの人の期待は大きすぎたと思った」などの家庭関係の項目で平均点が他の学年より低くなっているため保護者との関係が良好であることがうかがえる。

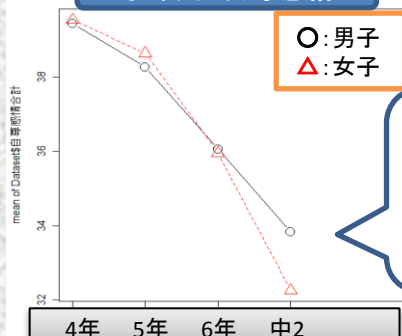


③「自分は、生まれてきてよかった」などの自尊感情に関する基本的な項目がどの学年も高い。⑧「自分は将来、えらい人になれる」など「自己有用感」にあたる項目が低く、自分ではできているが、他者からは自分は認められていないという意識が感じられる。

自尊感情



学年別 自尊感情

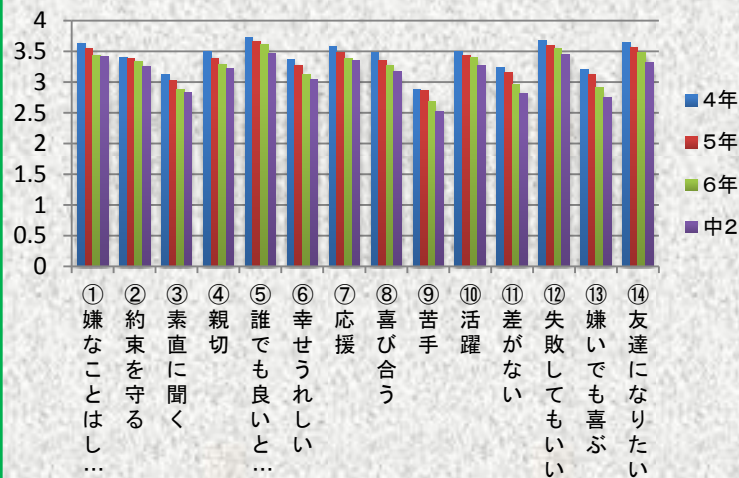


学年を追って下がっていく。

小学校では、男女差がほとんどない。中学校では、女子が低くなる。

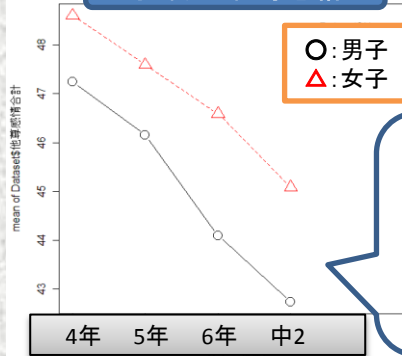
他尊感情

⑤～⑧が自己有用感に当たる



6年生で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」などが低くなっているため、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。

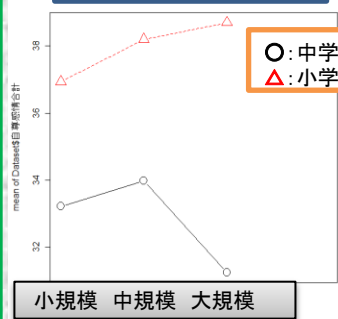
学年別 他尊感情



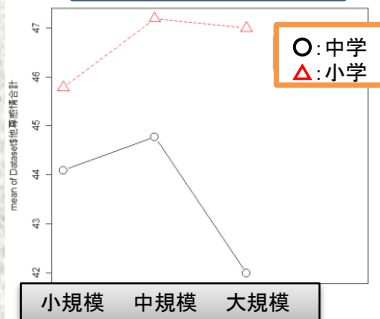
学年を追って下がっていく。

どの学年でも女子が男子より高くなっている。6年生の男子から、急激に低くなる。

学校規模別 自尊感情



学校規模別 他尊感情



学校規模別 ストレス反応



小学校では、小規模校が自尊・他尊感情が低く、ストレス反応が高いD型になっている。

中学校では、大規模校がD型になっている。また、小規模校でストレス反応が大規模同様高くなっている。

研究の考察とまとめ

<小学校>



「学校が楽しい」と感じている児童は、他尊感情が高い。



学年、男女でストレスに違いが見られるが、ストレス反応としては身体反応(疲れやすい)に現れやすい。



「両親との関係」のよさが、自尊感情の高さに強くかかわっている。

提 言

<小学校>



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、特別な問題はありませんが、このまま自尊・他尊感情を共に高めていくことが大切です。学年の特性に応じた行事や委員会活動、学級での係活動を工夫し、学級や学校全体のことを考えた活動ができる場面を多く設定し、誰もが活躍できるようにしましょう。

【自尊感情】【他尊感情】

◎B型の子が多い集団には、縦割り班活動など集団での学習や高学年でのお世話活動を通して経験的に対人関係を身につけさせ、他者を認め、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、「自分にはよいところがある」「やればできる」という自信が持てるような支援をし、家庭との連携もさらに図り、よいところを認めて伸ばしていきましょう。

【自尊感情】

◎D型の子が多い集団には、自尊・他尊感情が共に低く学校家庭適応感も低下していると考えられます。家庭との連携を強化し、学び合う授業を多く取り入れ、学級・学年内で温かな人間関係を築きましょう。また、異学年交流を積極的に行い、他学年と協力しながら、認め、賞賛することを通して、コミュニケーション能力を伸ばし、人間関係形成力を高める取組をしましょう。

【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
他尊感情	非攻撃的	人がいやだと感じるようなことはしたくない
	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)