

中学生を対象としたネガティブ感情への 対処スキルの獲得を目的とした研究(2) —SSTの手法を参考にした介入の実施と効果—

○和気淑江(春日部市教育相談センター)
藤原健志(新潟県立大学)

藤枝静暁(埼玉学園大学)

キーワード: 中学生, ソーシャルスキル, 介入効果

問題と目的

文部科学省の調査(2019)では, 小6から中2にかけて不登校や暴力等の問題行動が急増する傾向を示している。ネガティブな感情に対し自分なりの対処法をもつことは, 感情コントロールができ, 生活満足感につながると考えられる。近年, ソーシャルスキルトレーニング(SST)は, ネガティブ感情への対処スキルの獲得に有効とされ, 児童生徒の学校生活適応への効果が指摘されている(金山・小野, 2006)。本研究では, SSTの手法を参考に, 介入前(以下Preと表記)の調査で回答が得られた対処スキルを生徒たちへ教示する。介入後, ネガティブ感情を解決できた生徒と解決できなかった生徒を対象に, ①生活満足感, ②三浦ら(1997)の「積極的対処」「サポート希求」「認知的対処」を「コーピングへの取り組み」として, 介入前後の変容を比較し, 介入効果の検討を目的とした。本研究は, 当時第一著者が所属していた大学院の研究倫理委員会の審査・承認を受けて実施した。

方 法

Preの調査 2017年4月に, 関東地方の公立中学校3校の1~3年生844名(男子413名, 女子417名, 不明14名)を対象に, ①ポジティブな体験の有無と内容, ②ネガティブな体験の有無と内容, 感情, 解決の有無と対処法, ③生活満足感: 「学習」「部活動」「友人関係」「家庭生活」(4件法), ④コーピングへの取り組み(4件法)をたずねた。

1学期中の介入 2017年7月に行った。Preで回答が多かった「音楽を聴く」「人と話す」「怒り・悲しみをのがす」と「腹式呼吸」を加えた4つの対処スキルを各学級担任が生徒へ教示した。その際に, 対処スキルを用いた教師自身の実体験を交えて伝え, 生徒各自が取り組みやすい対処スキルを約10日間試してみるよう教示した。同時に, 4つの対処スキルを記載したA1版ポスターを各教室の目につきやすい箇所に掲示し実践を促した。

夏休み中の介入 各学級担任は, ポスターをA4版に縮小したプリントを生徒へ配布し, 家庭の目につきやすい箇所へ掲示し, 夏休みも継続して取り組むよう生徒へ教示した。

介入後の調査 1学期中の介入後(以下Post1と表記)の調査を2017年7月に行った。Pre実施の3校のうち2校(1校は未実施)の1~3年生487名(男子242名, 女子239名, 不明6名)を対象に

実施した。Preの内容に加え, ポスターの対処スキルを試したか否か, 試した後の感情をたずねた。

夏休み中の介入後(以下Post2と表記)の調査を2017年9月に行った。Pre実施の公立中学校3校の1~3年生827名(男子415名, 女子406名, 不明6名)を対象に, Post1の内容に加え, 対処スキルへの認知や活用, 必要性をたずねた。いずれの調査でも, 生徒が安心して回答できるようにするために, 調査用紙とA4版のり付封筒を配布し, 生徒自身が回答後に封入し, 各学級担任へ提出した。

結果と考察

分析対象者は, 3回の調査すべてに回答した435名のうち, Preの調査で解決できた群(12名), 気持ちが軽くなった群(43名), 解決できなかった群(38名)の計93名を分析対象者とした。

介入前後の生活満足感とコーピングへの取り組み

「積極的対処」で交互作用がみられ($F(4, 180)=2.47, p<.05$), 解決できた群が $Post2<Pre, Post2<Post1$ (ともに $p<.05$)であった。

生活満足感では, 「学習」「部活動」で群の主効果があり(順に $F(2, 90)=6.32, 7.40, p<.01, p<.001$), いずれも解決できた群, 気持ちが軽くなった群の得点が高かった(ともに $p<.05$)。他の項目では介入による有意な変化はみられなかった。

解決できなかった群でポスター掲載の対処スキルを試したのは, Post1は51.6%, そのうち「解決できた」「気持ちが軽くなった」と回答したのは58.3%, Post2は同順に22.6%, 52.3%であった。解決できた, 気持ちが軽くなった群は, 既に自分なりの対処スキルをもっているため, 新たな方法を試そうとしなかったのではないか。また, 介入により自分の対処スキルを有効なものとして認識できたことで, 学校生活の多くを占める学習と部活動で影響がみられたのではないか。解決できなかった群は, 介入により自分で取り組みそうな対処スキルを見だし, 実際に試したことで, 感情のコントロールにつながったのではないか。

対処スキルへの認知・活用・必要性 認知, 活用は解決できた群が解決できなかった群よりも有意に高かった(順に $F(3, 431)=6.97, 9.58, p<.05$)。必要性については, 「自分自身を守る」178名(26.0%), 「対人関係の考慮」131名(19.2%), 「将来や自己の生活の向上」129名(18.9%), 「心や気持ちを落ち着かせる」119名(17.4%)であった。