

メタモーメントを活かしたソーシャルエモーショナルラーニングの実践

○原田恵理子 (東京情報大学)

渡辺弥生 (法政大学)

キーワード: ソーシャルエモーショナルラーニング, メタモーメント, 感情

問題と目的

子どもたちの安心安全のために予防教育が注目されている。そのような中、生徒の学習、意思決定、創造性、人間関係、健康は、社会性と感情の教育により促進されることが多くの研究から明らかとなっているソーシャルエモーショナルラーニング(以下、SEL)が、近年、実施され始めている。この SEL は、私たちの社会の幸福と持続可能性が、私達一人一人の感情を知的に使うことができるかどうかということとも大きく関係する。ゆえに、感情が人間関係を助け、妨ぐ可能性があり、私達を最大限に活かすことができる瞬間をも持っているとし(CACEL, 2019)、人間としての在り方生き方や人間関係を考えるうえで、非常に重要になってくるとされている。特に高校生は、「自分が何者であるか」と模索し、自己形成する時期に、社会性・感情・健康は注目に値する。

これまでにも高校生に対する SEL (原田・渡辺, 2019) が実施されてきているが、普段の生活に役立てられるよう、目に見えない感情を可視化し、自己の感情を統制する点については工夫の余地があった。そこで、感情的な刺激と反応の間に「時間的空間」を延長させ、同時に管理するプロセスであるメタモーメントに着目した SEL を実施し、その教育効果について検証した。

方 法

調査対象者

公立高校 1 年生 8 クラス 319 名 (男子 180 名, 女子 139 名)。欠損値を除く 218 名を調査対象とした。

プログラムの内容

原田・渡辺 (2019) の指導案に基づき、「導入: ソーシャルスキルを学ぶ意義」「話す」「聴く」「感情のコントロール」「まとめ」の 5 回の内容で構成し、授業時間は総合的な学習の時間における道徳の授業で実施された。アンカーツールとして、「心身に何が起きているか」「体と心が感じている」「立ち止まる」「ベストな自分を望もう」「方略」「成功」といった 6 つのステップのメタモーメント (meta-moment) のワークを行い、ワークシートとポスターで生徒に説明した。

評価方法

1. 中学生用社会的スキル尺度 (嶋田, 1998) 25 項目: 向社会的スキル・引っ込み思案行動・攻撃行動の 3 因子 4 件法。

2. 日本語版ソーシャル・エモーショナル・ラーニング・サーベイ (SEHS) 尺度 (飯田・伊藤・青山・杉本・遠藤・ファールング, 2019) 36 項目: 自己信頼・他者信頼・感情コンピテンス・生活の充実 4 因子 6 件法。

結果と考察

学年による各尺度の下位尺度の実践前後の得点で t 検定をした結果、有意な差はみられなかった。次に、各尺度項目別に実践前後の学年全体での変化を検討した。有意な差があった項目のみ Table 1 に示す。質問項目別では、「聴くスキル」をターゲットスキルにしたことや仲間と共に学ぶことが「仲間に入る」ことに抵抗を減少させたと考えられた。また、ソーシャルスキルを学ぶことで家族関係が良好になり、互いに感謝の言葉を伝え意見を認め合うワークや肯定的な周囲のフィードバックが「エネルギーやる気」といった感情の増強につながったのではないかと考えられた。

Table 1 各尺度の項目別における t 検定の結果

	N	Mean		SD		t値
		事前	事後	事前	事後	
社会的 Q2 友だちの話をとおもしろそうに聞く	218	3.28	3.44	0.61	0.53	0.00 ***
スキル Q8 自分から友だちの仲間に入れない。	218	1.92	1.82	0.83	0.81	0.02 ***
SHES R13 あなたの家族はお互いに助け合っている	218	4.86	4.71	1.12	1.10	0.02 ***
R28 昨日から今日までの間に、心から深く感謝することがあった。	218	3.94	4.26	1.61	1.47	0.00 *
R31 今エネルギーに満ちている。	218	3.50	3.68	1.42	1.38	0.03 *
R33 今やる気に満ちている。	218	3.50	3.67	1.41	1.35	0.03 *

*** $p<.001$ ** $p<.01$ * $p<.05$

以上より、「聴く」スキルの実施や「互いに認め合い感謝する、ポジティブな評価を伝えあう」ことをワークに取り入れたことが、各尺度項目別に一定の効果に影響を与えたと考えられた。一方で感情コンピテンスに効果が見られなかったことから、メタモーメントの理解とワークや具体例について改善の余地があると考えられ、さらに実践を積み重ねて検証していくことが求められる。

付 記

本研究はJSPS科研費JP18K03075の助成を受けた。