

学 位 論 文 要 旨

氏 名 永 浦 拓

題 目 ストレスマネジメント理論に基づく「心の健康教育プログラム」に関する研究

学位論文要旨（和文2,000字又は英文1,000語程度）

本研究の目的は、児童生徒の心の健康を促進するための教育として、すべての児童生徒が心の健康の重要性を理解し、心の健康を促進すること、心の健康の問題を改善することを目的とした「心の健康教育プログラム」の実践を試み、その効果の検証と学校教育へ導入するための指針を示すことであった。

まず、第1章において、学校教育における「心の健康教育」の推進のための取り組みとして、「心の健康のアセスメント」、「集団を対象とした心の健康教育授業」、「教師による心の健康に焦点を当てた個別のかかわり」の3点を挙げた。次に第2章では、これらの3つの取り組みに関する問題点や課題について整理を行った。その結果、「心の健康のアセスメント」では、心理教育プログラムへの対応など、教育的に活用できる項目で構成されたストレス反応尺度、いじめ被害者・加害者双方の心身の反応やトラウマ反応を測定する尺度、の2点が必要であること、「集団を対象とした心の健康教育授業」では、ストレスマネジメントの理論に基づき、リラクゼーション技法のみならず、対人関係スキルや認知面へのはたらきかけも含めた心理教育プログラムの構成が必要であること、「教師による心の健康に焦点を当てた個別のかかわり」では、児童生徒のメンタルヘルスに焦点を当てた見立てや、臨床心理学の知見に基づいたかかわりに関する研究は見当たらず、これらの分類・整理が必要であることが課題として挙げられた。

第3章では、5因子20項目により構成される「学校教育で活用するための子どものストレス反応尺度（以下、PSRE）」の作成を行い、十分な信頼性と妥当性が確認された。PSREは、児童生徒のストレスについて、短時間で多面的に測定することが可能であり、「緊張」や「快気分」といった、心理教育プログラムなどを展開する際に活用しやすい構成であることから、学校での定期的な心の健康のアセスメントおよび心理教育的なアプローチにおいて有用性の高い尺度であると考えられる。

第4章では、4因子22項目により構成される「いじめによる心身反応調査票（以下、PTSB）」を作成し、概ね良好な信頼性と妥当性が確認された。PTSBは、いじめという言葉を用いずに、児童生徒のいじめ被害・加害と関連する心身反応を測定することが可能な尺度であり、いじめの早期発見・早期対応のための指標として、さらには、いじめによるストレスに関する心理教育を取り入れたいじめ防止プログラム（富永・富永，2009）などへの活用が期待される。

第5章では、公立中学校を対象に5年間にわたり「心の健康教育プログラム」の実践を行った。その結果、生徒のストレス反応の低減、望ましいストレス対処の促進、トラウマによる心身反応の低減、各授業に対応した知識や意識の向上が認められ、心の健康教育プログラムが生徒の心の健康の維持・促進に寄与するものであることが実証された。また、教員に対する調査の結果から、プログラムの実践を通し、教師の心の健康教育、心の健康、ストレスなどに対する考え方やイメージに変化がみられることが示唆された。

第6章では、「個別の支援を要する児童生徒への教師のかかわり尺度」を作成し、心の健康に焦点を当てた教師のかかわりについて分類・整理を行った。その結果、「心身不調や強いストレスへの対処を促すかかわり」、「問題行動への注意・指摘・指導に焦点化したかかわり」を多く行っていることと、教師の生徒指導への効力感の高さとの関連があることが示唆された。さらに、作成された尺度を用い、心の健康教育プログラムの実践による教師の生徒へのかかわりの変化について検討を行ったが、有意な変化は認められなかった。

第7章では、心の健康教育プログラムの実践に携わった教師が、プログラムをどのようにとらえ、実施し、それがプログラムの効果および教師の意識やかかわりにどのように関連していくのかについて、インタビュー調査の結果をもとに検討を行った。その結果、ローテーション方式などによる授業実践が教師の授業理解および実施への効力感を高めることの確認や、プログラムの実践過程において、教師による授業案の改善点などの検討、授業内容の日常への結び付けに関する協議など、心の健康教育プログラムをより効果的かつスムーズに学校に導入するための新たな視座を得ることができた。また、教師のプログラム実施による問題を抱える生徒に対する意識・かかわりの変化のプロセスについて検討した結果、授業内で問題を抱える生徒の存在に目を向け、その生徒の背景にあるストレスサーとなりうる要因に目を向けるようになることで、問題を抱える生徒に対する意識・かかわりが変化することが示唆された。

最後に、第8章において、以上の結果をもとに、学校教育における「心の健康教育」の導入および推進のための提案を行った。