

学 位 論 文 要 旨

氏 名 石井有美子

題 目 小学校高学年の身体に関するセルフエスティームの育成

学位論文要旨（和文2,000字又は英文1,000語程度）

第1章では、本研究の背景及び目的について述べた。日本においては、子ども達のセルフエスティーム（以下SE）が諸外国に比べて低いことが問題視されており、文部科学省や中央教育審議会において議論されたり、課題として挙げられたりしてきた。学校教育においてSEは学びの土台として位置づけられ、様々な領域や道徳・総合的な学習の時間などの教科で注目されている。例えば、ソーシャルスキル・トレーニング、グループ・エンカウンター、ピア・サポート、トップ・セルフなどで扱われている。これらのプログラムは、評価尺度を使用し効果の検証が行われ、研究の成果が積み上げられてきている。しかしながら、SEの向上に焦点を当てた「よいところみつけ」の実践の効果に関する研究や、小学校の4年生体育科保健領域で必ず指導する身体に関するセルフエスティームについての研究は十分とは言えない。効果検証のためには、標準化された尺度を用い、プロセス評価も含む評価研究の積み重ねが必要である。

SE研究は米国において先行されたが、1990年前後から、SEの低下よりも、高すぎるSEについて批判されるようになり、SEの高低のみで個人の精神的健康を測るのではなく、自己のどのような領域で自尊感情を維持し高めているのか、自尊感情の源（随伴性、土台、源泉）となる領域に着目した試みが注目されている。

そこで本研究では、SEの高低だけではなく領域に注目し、児童の精神的な健康を維持するために保健教育で実践できる身体に関するSE育成プログラムを開発しその効果を検証し、小学校高学年で活用可能な身体に関するSE育成の内容及び方法を提案することを目的とした。

第1章では、まず学級担任がよく行う「よいところみつけ」を取り上げ、6時間のプログラムを実施し、プログラムが児童のSEに与える影響を分析し、その効果を明らかにすること、及びよいところみつけの活動が、身体に関するSE育成に活用できる可能性を評価することを目的とした。その結果、SEが低い児童にとっては効果的プログラムであることが示唆された。また、自分のよいところの記述では、SEが低い児童には個別の支援が必要であると考えられた。加えて、身体に関するSE育成のプログラムにおいて、行動面のよいところを考えさせる活動を取り入れることは有効であると考えられた。

第2章からは、自尊源に注目した。思春期は、二次性徴における身体の変化が大きく、注目しやすくなるため、身体に関する領域に焦点を当てた。まず、保健学習や保健指導での発育の指導効果を調べるために、身体発育の肯定的な受け止め方を測定する発育に対する態度の尺度を開発し、信頼性と妥当性を検討すること、次に評価尺度の学年や性による分布を明らかにして、指導内容等の情報を得ることを目的とした。その結果、小学生4～6年生を協力者として、「体型に関する否定的な感情」「体型に関する肯定的な感情」「他者との比較」「体の変化に対する受け止め」の4因子から構成される発育に対する態度の尺度を開発し、概ね信頼性と妥当性を確認することができた。発育に対する態度の性差・学年差については、女子より男子の方がより肯定的であり、女子では、高学年ほど否定的になる傾向が認められた。また、発育に対する態度は自尊感情や自己肯定感と関連することから、発育に関する指導において、SEの育成を関連づけることが有効であることが示唆された。

第3章では、発育に対する態度の実態を踏まえ、発育に対する肯定的な態度の育成を目指す6時間のプログラムを準実験デザインで実施し、第2章で開発した評価尺度を用い効果を検討した。その結果、介入群と対照群との比較により、「体型に関する肯定的な感情」について効果が認められた。また、事前において、「体型に関する肯定的な感情」が低い児童において特に効果的であると示唆された。一方、「他者との比較」や「体の変化に対する受け止め」においては、効果が認められなかった。得点の変化を性別で比べると、女子においては、平均値が低下しており、他者との比較が過度にならないよう、発達の段階に応じた継続的な指導の必要性が示唆された。加えて、指導の効果を上げるためには、メディアの影響への対処の学習と併せながら、他者と比較しがちな容姿や体型などの事例を取り上げるなど指導内容の工夫が必要と考えられた。

第4章では、各章の研究をまとめ、保健教育で実践できるSE育成プログラムや実践の留意点について述べた。SE育てる際に、否定的な感情を減少させるべきものとして捉えるのではなく、自分の体に対する否定的な感情を緩和し、生活の質を損なわないように援助すること。そのためには、SEの高低のみならず、SEの低下を促す背景要因や、SEを支える領域（自尊源）にアプローチすることの有用性などが示唆された。