

小学生に対するアンガーマネジメント・プログラムの開発 —効果的な指導方略の検討

稲田尚子(帝京大学 文学部 講師)

背景と目的: 近年、小学校での暴力行為の件数は増加傾向にあり、その背景にある怒り・攻撃性への対応は喫緊の課題である。怒りは、すべての人が共通して抱く感情であるため、障害や大きな問題を抱える子どもに限定せず、全員を対象としたユニバーサルなプログラム(1次的支援教育)としてのアンガーマネジメントが注目されてきている。それにより、不適切な怒りの表出を抑制し、対人関係のトラブルを予防し、学校生活およびその後の社会での適応促進につながると考えられる。しかしながら、通常の学校現場で教師が実施可能なプログラムおよび、その効果検証の報告はほとんどない。また、怒りには感情的・認知的・行動的側面があるが(Spielberger et al., 1988)、その3つの側面すべての怒りのマネジメントを試みたプログラムは、我が国ではまだ行われていない。本研究では、以下の4つの研究を実施することを目的として行われた。

研究1 小学生対象の1次的支援教育としてのアンガーマネジメント・プログラム『いかりやわらかレッスン』の開発

結果: 小学校3年生以上を対象として、小学校における通常の45分授業5回分を想定して開発された。感情的・認知的・行動的側面をバランスよく組み込めるよう、第2・3回は感情、第4回は認知、第5回は行動の側面を中心的に扱っている。児童用ワークブックおよび行動スキルトレーニングモデルに基づく実施者用実施マニュアルから成る。

研究2 『いかりやわらかレッスン』の効果の検証

方法: 小学3~6年の児童25名(男:女=22:3)を対象に、異なる地域の2つのグループでプログラムを実施した。大学の公開講座として行われ、大学のウェブサイト、地域の学校へのチラシ配布等を通じて参加者を募った。児童には、学校での怒り多次元尺度短縮版(MSAI)、児童用アサーション尺度、各レッスンの内容理解度、学んだスキルの使用状況、保護者には、子どもの行動チェックリスト(CBCL)の「攻撃的行動」18項目、家庭における社会的スキル尺度の「関係向上行動」5項目が、プログラム実施前、プログラム終了時、1ヶ月後に測定された。結果と考察: 2つのグループに共通して、MSAIの「怒り体験」とCBCLの「攻撃的行動」で測定時期の主効果が有意であり、いずれも減少が認められた($F(1, 23) = 4.99, \eta^2 = .178, p < .05$; $F(1, 23) = 7.24, \eta^2 = .239, p < .05$)。『いかりやわらかレッスン』はアンガーマネジメントに一定の効果を有することが示された。

研究3 小学校教員を対象としたアンガーマネジメント・プログラムのニーズおよび実施可能性に関する実態調査

方法: アンガーマネジメントの研修会に参加した小学校教員62名を対象としてアンケート調査を行った。結果と考察: 関心が高い対象であったと考えられるが、アンガーマネジメント・プログラムについて、必要性を認識していたのは全体の78.7%、学級全体に何らかの形で実施したいと考えていたのは66.1%であった。学級単位で実施する場合、利用可能な時間(複数回答可)は、朝の会などの10分間程度が最も多く51.6%、特別活動の時間(43.5%)と続いた。利用可能な時限数は、2時限が最も多く41.8%、次いで3時限(30.9%)、5時限(10.9%)であった。全体にアンガーマネジメント・プログラムの実施ニーズは高いが、利用可能な時間・時限数の実態に即したプログラム開発の必要性が示唆された。

研究4 小学校通常学級で『いかりやわらかレッスン』の実施

方法: 2019年2~3月に小学4年生の通常学級1学級において、全生徒を対象とした『いかりやわらかレッスン』が担任教師によって実施され、担任教師に全5回終了後に実施に関する意見・感想を自由記述で収集した。結果と考察: ワークブック、実施マニュアルの改善すべき点が報告され、また実施に関してはポジティブな感想が報告された。得られた意見・感想をもとに今後ワークブックおよび実施マニュアルを学校現場でより使いやすいものに修正していく必要がある。

今後の課題: 本研究により、『いかりやわらかレッスン』の一定の有用性が示された。一方で、本来的には小学校の通常学級での1次的支援教育プログラムとして開発したため、今後は小学校の通常学級で効果が示されるのかを検討する必要がある。一方、1回45分全5回のプログラムは小学校の通常学級で実施するには時間的負担が大きい側面もあることが明らかになり、簡略化されたバージョンの開発の必要性が示唆され、また活用のバリエーションとして心理教育相談室やフリースクールでの2次的支援教育としての実施可能性および留意点、その効果を検討していく必要がある。

共同研究者 寺坂明子(大阪教育大学教育協働学科 准教授)・下田芳幸(佐賀大学大学院学校教育学研究所 准教授)