

【原 著】

心理教育 “サクセスフル・セルフ” を活用した
小学校低学年の親子コミュニケーション支援の試み

岡崎 由美子 安藤 美華代

Support for Children in the Lower Grades of an Elementary School through Parent-Child Communication Facilitated
using Psychoeducation “Successful Self”

Yumiko OKAZAKI, Mikayo ANDO

2014

岡山大学教師教育開発センター紀要 第4号 別冊

Reprinted from Bulletin of Center for Teacher Education
and Development, Okayama University, Vol.4, March 2014

原 著

心理教育 “サクセスフル・セルフ” を活用した 小学校低学年の親子コミュニケーション支援の試み

岡崎 由美子^{*1} 安藤 美華代^{*2}

本研究では、親子のコミュニケーション向上をねらいとして、子どもが学校で取り組んだ心理教育サクセスフルセルフ®に沿った親子で行うホームワークを作成し、その実践可能性について検討した。公立小学校1校の1年生46人とその保護者を対象に、2年間継続して行った。年間4回行う“サクセスフル・セルフ”の授業の2回目と4回目の終了後に、授業で取り組んだ内容に沿って親子コミュニケーションを図ることをねらいとした課題を、1週間毎日、親子で行ってもらった。取り組みに対する親子其々の自己評価と感想を分析した結果、全ての親子が、1週間の取り組みのうち5日以上実践していた。感想分析から、親子の良好なコミュニケーションを育む機会になったと考えられた。以上より、今回の試みは、“サクセスフル・セルフ”を介した学校と家庭をつなぐ、実践可能な包括的取り組みになり得ると考えられた。

キーワード：心理教育，ホームワーク，親子関係，コミュニケーション，小学校

*1 倉敷市立倉敷東小学校

*2 岡山大学大学院教育学研究科

I. はじめに

小学生におけるいじめ、暴力行為、抑うつ、不登校等心理・行動上の問題は、複雑化、多様化している。2011年度に小学4年生から6年生667人を対象に行った過去1ヵ月間のいじめの実態調査では、被害経験者26.3%、加害経験者20.1%であった。経験者率が最も低かった「恐喝」でも10%以上に見られ(被害16.4%、加害11.7%)、最も高かった「無視」に至っては半数近くが経験していた(被害47.3%、加害34.7%) (安藤, 2013a)。

抑うつ状態については、2003年度小学生2175人を対象にBirlleson自己記入式抑うつ評価尺度(DSRS-C)を用いて行った調査では、7.8%が抑うつ状態にあった。最も少ない小学1年生でも4.3%に見られ、学年が上がるにつれて増加し、小学6年生では14.2%であった(傳田・加古・佐々木・伊藤・北川・小山, 2004)。また、近年小学生4403人を対象にDSRS-Cを行った別の調査では、16.5%が抑うつ状態にあった。このうち1学期間で10日間以上の欠席者(2・3年生0.9%; 4~6年生1.0%)では、低学年(2, 3年)者で40%、高学年(4~6年)者で35.3%が、抑うつ状態にあった(高柳・伊藤・大嶽・

野田・大西・中島, 2012)。

児童期にいじめを受けることは、それ以降にわたって、抑うつ等様々な精神的健康上の問題を引き起こすとされ(e.g., Reijntjes, Kamphuis, Prinzie, & Telch, 2010), また不登校は自殺や暴力等の問題行動のリスク要因とされている(Kearney, 2008)。

このような現状を受けて学校現場では、児童の健康や適応を守る取り組みとして、問題の予防に焦点をあてた教育やよい側面を伸ばすことに焦点をあてた教育が、ソーシャル・スキル・トレーニング、構成的グループ・エンカウンター、ピア・サポート、トップ・セルフ、サクセスフル・セルフ等を活用して、行われるようになってきている(山崎・戸田・渡辺, 2013)。

そのうちサクセスフルセルフ®は、自己洞察、困難への対処解決、ソーシャルスキルといった方法を用いて、感情面、認知面、行動面に働きかけることで、社会の中で自分らしく生きる基礎力を育むことをねらいとした、様々な問題を包括的に予防可能な心理教育である。年間4レッスンを目安に、学級集団で、毎年継続して実施することが推奨されている。児童を対象とした“サクセスフル・セルフ”の実践では、学校適応、自己コントロール、対人関係および問題

行動の誘いを断る自己効力感，社会性が向上し，いじめ・対人暴力・器物破壊といった攻撃行動，いじめ被害，抑うつ気分の減少が報告されている（安藤，2012, 2013abc）。

このような肯定的な変化を継続させるには，学校内での取り組みに留まらず，学校外，特に家庭と連携した取り組みにつなげていく必要がある（IUHPE, 2009）。子どもの心理・行動上の問題には，親の子どもへの否定的で威圧的で冷たい態度，一貫性のなさ，罵倒したり侮辱したりして子どもを傷つけるような関わりが関連している（Cowan & Cowan, 2004）。一方，親子の開かれたコミュニケーション，親の子どもへの支持的関わりや温かい励まし，受容的態度は，子どもの積極的対処方略を促進する（Gentzler, Contreras-Grau, Kerns, & Weimer, 2005 ; Kliever, Fearnow, & Miller, 1996 ; Valiente, Fabes, Eisenberg, & Spinard, 2004）。さらに，保護者の子どもの日常生活への関心が高いほど，子どものいじめ・対人暴力・器物破壊といった攻撃行動，学校へ行きたくないので学校を休む，夜遊びといった行動上の問題が少ない（安藤，2007）。従って，親の子どもへの関心や適切な関わり，親子の適切な感情交流は，子どもの困難への対処力を向上し，ひいては心理・行動上の問題の予防につながると考えられる。

そこで本研究では，親子の適切なコミュニケーション向上をねらいとして，子どもが学校で取り組んだ“サクセスフル・セルフ”に沿った親子で行うホームワークを作成し，その実践可能性について検討した。

II. 方法

1 対象

中国地方 A 市の公立小学校 1 年生 2 学級 46 人（男子 22 人，女子 24 人）とその保護者 46 人。

2 方法

2 年間の取り組みであり，1 年生時は 2012 年 2 月～3 月，2 年生時は 2013 年 6 月～7 月に行われた。親子で行うホームワークは，1 年生時，2 年生時のいずれも“サクセスフル・セルフ”の 4 つの授業の 2 回目終了後と 4 回目終了後の 2 回（1 週間毎日）行われた。ホームワークの課題は，親子間コミュニケーションを図ることを目的に，“サクセスフル・セルフ”での学習を踏まえて作成された（資料 1，資料 2，資料 3）。尚，授業内容を考慮して，2 年生時 2 回目のホームワークの内容は，1 年生時 2 回目の内容と同じにした。

ホームワークシートは，負担感を軽減することを

ねらいとして，A4 サイズ 1 枚で作成した。シートの構成は，まず冒頭に，各回のホームワークと子どもが学校で取り組んだ“サクセスフル・セルフ”の内容の関連について，記述した。続いて，ホームワークの方法を記述した。そして，評価欄と感想欄を設けた。1 週間のホームワーク終了後，児童から担任へ提出してもらった。

3 評価方法

ホームワークの目標に対する自己評価を，2 = 「できた」，1 = 「少しできた」，0 = 「できなくて残念」の 3 段階で，児童と保護者の其々に，毎日してもらった。さらに 1 週間のホームワーク終了時に，感想を求めた。

1 年生時と 2 年生時に行った“サクセスフル・セルフ”のレッスンのテーマ・ねらい・ホームワークの内容を表 1 に示す。

表 1 “サクセスフル・セルフ” 低学年におけるレッスンのテーマ・ねらい・ホームワークの内容

		レッスン1	レッスン2	レッスン3	レッスン4
1 年生	テーマ	自分について知ろう	仲間について知ろう	気持ちを考えよう	問題解決しよう
	ねらい	自己理解	友達関係構築	対処と解決	対処と解決
	ホームワークの内容	レッスン2後		レッスン4後	
2 年生	テーマ	自分らしく生きよう	友達関係について考えよう	気持ちを考えよう	問題解決しよう
	ねらい	自己理解	友達関係構築	対処と解決	対処と解決
	ホームワークの内容	レッスン2後		レッスン4後	
		児童がなかよくするために，家族みんなでここがける行動目標		3 つのわざ「適切な自己主張」「共感」「ゆづりあい」を使ったコミュニケーション	

4 分析方法

毎日の取り組みに対する児童・保護者其々の自己評価得点は，1 年生時，2 年生時の其々の 1 回目，2 回目のホームワークとも，各目標別に 1 週間の平均得点を算出した。

感想については，KJ 法（川喜田，1967/2006）によって分析を行った。尚，感想の記述のあった者を分析対象者としたため，ホームワークごとに分析者数が異なっている。分析にあたっては，独断的な判断になるのを避け，内容分析やカテゴリ生成の妥当性を高めるために，筆者らと臨床心理学を専攻する大学院生 2 人，教育心理学を専攻する大学生 2 人とで検討を行った。

5 倫理的配慮

“サクセスフル・セルフ”実施に際しては保護者へあらかじめ手紙を配布して理解と協力を得た。調査票の記載事項および集計結果については本研究の目的以外には使用しないこと，また調査結果は統計的

に処理されるため個人名は特定されないことについて、実施校で実践者が学級担任に説明し、同意を得た。

Ⅲ. 結果

1. 実践状況

“サクセスフル・セルフ”の実践には1年生時、2年生時とも、全児童が参加した。ホームワークについても、自宅に持ち帰ったワークシートで、児童と保護者全員が取り組んだ。

2. ホームワークに対する自己評価

1年生時1回目、2回目、2年生時1回目、2回目の自己評価得点の平均は、児童では1.19～1.63、保護者では1.15～1.56であった。いずれも中程度以上に目標を達成できたと評価していた(表2)。

表2 児童と保護者におけるホームワークの自己評価の平均得点

	ホームワークの目標				平均得点	
	児童		保護者		児童	保護者
1年生時	1回目	保護者に語る	子供の語りを聴く	1.63	1.56	
		自分の気持ちを伝える	自分の気持ちを伝える	1.28	1.26	
	2回目	保護者の気持ちを考える	子供の気持ちを考える	1.19	1.15	
		ゆずりあう	ゆずりあう	1.21	1.19	
2年生時	1回目	家族が仲よくするための行動をする	家族が仲よくするための行動をする	1.63	1.56	
		自分の気持ちを伝える	自分の気持ちを伝える	1.28	1.26	
	2回目	保護者の気持ちを考える	子供の気持ちを考える	1.19	1.15	
		ゆずりあう	ゆずりあう	1.21	1.19	

注) 1年生時人数(1回目:児童42人、保護者42人。2回目:児童42人、保護者42人。)

2年生時人数(1回目:児童43人、保護者43人。2回目:児童46人、保護者46人。)

得点(できた=2, まあまあ=1, できなくて残念=0)

3. 児童の感想分析

1年生時の2回、2年生時の2回の4回のホームワークを通して、児童の感想からは、いずれのホームワークでも保護者と関れた「喜び・楽しさ」といった「満足感」、今後の発展につながる「意欲の向上」のカテゴリが生成された(表3, 表4, 表5, 表6)。

さらに、1年生時の感想からは、実践が十分にできなかったことを残念に思う「未達成感」のカテゴリが、共通して生成された(表3, 表4)。2年生時の感想からは、実践した努力や気持ちを振り返る「自己洞察」のカテゴリが、共通して生成された(表5, 6)。

同じ内容のホームワークを行った1年生時と2年生時の2回目においては、「3つのワザの活用」のカテゴリが、共通して生成された(表4, 表6)。

表3 1年生1回目のホームワークにおける児童の感想の内容分析(N=43)

上位カテゴリ (人)	下位カテゴリ (人)	具体的記述内容
コミュニケーションの促進 (35)	話せたこと (26)	おうちのひとと話してみてもいつもはそんなに話せないけど、いっぱい話せてよかった。
	よくできたこと (5)	◎がいっぱいできてすごいと思いました。
	できるようになったこと (4)	はじめは少ししか話せなかったけど、友達や学校の話をしたらいっぱい話せて楽しかった。
理解 (10)	おうちの人のこと (7)	お母さんの知らないことがわかったのでよかったです。
	その他 (3)	お話をしているいろいろなことがわかりました。
満足感 (4)	喜び・楽しさ (4)	いっぱい話せてうれしかったです
被傾聴体験 (2)		ちょっとしか話せなかったが、きいちゃってよかった。
被賞賛体験 (2)		お母さんにほめられてうれしかったです。
未達成感 (2)		最後は△になってちょっと残念でした。
意欲の向上 (1)		これからもっとお話をしてみたいです。

表4 1年生2回目のホームワークにおける児童の感想の内容分析(N=42)

上位カテゴリ (人)	下位カテゴリ (人)	具体的記述内容
3つのワザの活用 (33)	達成感 (21)	自分の気持ちを上手に伝えるとすっきりした。おうちの人の気持ちを考えるというんなことがわかった。
	難しかったこと (7)	3つのワザを全部使うのは難しかった。とくにゆずりあいが難しかった。
	役立ち感 (5)	けんかはおきるけど、この3つのワザを使えば、ならないと思います。
満足感 (11)	喜び・楽しさ (11)	お母さんに学校のことを教えて楽しかった。
達成感 (8)		こんな◎がいっぱいできてよかった。
未達成感 (5)		ぜんぜん使えなくて残念でした。
意欲の向上 (5)		これからもがんばります。
感謝 (1)		ありがとうございます。

表5 2年生1回目のホームワークにおける児童の感想の内容分析(N=46)

上位カテゴリ (人)	下位カテゴリ (人)	具体的記述内容
満足感 (27)	喜び・楽しさ (15)	お料理が好きだからお料理のお手伝いしました。やけどはしたけどほめられたからうれしかったです。楽しかったです。
	コミュニケーションの楽しさ (12)	ありがとうございましたごめんなさいを使ってみると自分もいい気持ちになれてうれしかったです。
意欲の向上 (9)	取組の継続 (6)	毎日できてうれしかったので、今後も続けていきたいと思いました。
	自己肯定感の向上 (2)	自分もエレベーターであいさつできなかったけど、だんだん上手になれてきたからうれしかった。
	積極性の向上 (1)	わたしがお母さんに、あいさつしてって言われないのに自分であいさつができてうれしかったです。
他者理解 (4)		みんなとなかよくしたりなまをたくさんにして、なかよくなりました。
達成感 (4)		気持ちが伝わったから「おはよう」と言い返してくれました。
努力 (4)		めあてを決めてきちんとあいさつをがんばりました。
自己洞察 (2)		今まであんまりお手伝いをしたことがないけど楽しかった。
賞賛 (1)		お母さんは全部◎と○でした。すごとおもいました。

表6 2年生2回目のホームワークにおける児童の感想の内容分析 (N=46)

上位カテゴリ (人)	下位カテゴリ (人)	具体的記述内容
満足感 (14)	喜び・楽しさ (14)	ワザを使ってなかよくなったりして楽しいです。気持ちを伝えるのは難しいけど楽しいです。
3つのワザの活用	(12)	おうちの人や自分の気持ちやゆずりあうのが大切だから3つ使って楽しくすごしたいとおもいました。
意欲の向上 (12)	取組の継続 (8)	いろいろなことがあったから今度から3つの作戦を使います。毎日できてうれしかったので、今後も続けていきたい。
	努力の継続 (4)	ゆずりあうがぜんぜんできていなかったから残念でした。だからもっとがんばりたい。
自己洞察 (12)	努力の内容 (7)	相手の気持ちを考えてやったら、言い返しておかがいゆずりあえる。自分の気持ちがわかってもらえてよかった。おうちの人の気持ちを考えるのがはった。
	3つのワザの難しさ (5)	ゆずりあうが難しかった。どうしてかという自分の話ばかりしてしまうからできなかった。相手の気持ちを考えて話すのが難しかった。

4. 保護者の感想分析

4回のホームワークを通じて、保護者の感想からは、いずれのホームワークでも、努力したり工夫したりしたことによる親子の「コミュニケーションの促進」のカテゴリが共通して生成された(表7, 表8, 表9, 表10)。

さらに1年生時の感想からは、「気持ちの変化」のカテゴリが、共通して生成された(表7, 表8)。2年生時の感想からは、「自己洞察」、「目標の継続」や「上達への期待」に関する「展望」のカテゴリが、共通して生成された。

同じ内容のホームワークを行った各学年時の2回目においては、1年生時では、3つのワザの理解・活用・評価といった「3つのワザの活用」に関するカテゴリが生成された。一方2年生時には、3つのワザを活用したことに関する「満足感」のカテゴリが生成された(表8, 表10)。

表7 1年生1回目のホームワークにおける保護者の感想の内容分析 (N=43)

上位カテゴリ (人)	下位カテゴリ (人)	具体的記述内容
気持ちの変化 (37)	反省 (14)	日頃、いかに子どもと話していないのか…改めて実感。ゆったり話をする時間をとらないといけないな～と思いました。
	喜び・楽しさ (12)	聞かれて楽しかったです。いろんなことを聞かれて楽しかったです。
	展望 (11)	忙しい理由にせうこういう時間を作ろうと思いました。
コミュニケーションの促進 (29)	上達 (17)	最初は私が聞いかけの形でしたが3日目頃から自分で順序だてたり気持ちの表現などを盛り込みながら上手に話してくれるようになりました。
	努力 (7)	気持ちを理解できたか、不安に思うときもありましたが、子どもの気持ちを理解しようとして意識して過ごせたと一週間でした。
	期待 (5)	これからはもう少し会話の時間を意識して少しでも多くとりたと思いました。

ホームワークの取組 (10)	戸惑い (7)	学校の宿題として話を聴く時間を作ると子どもの話し方が不自然な話し方をするので少しいつもの話し方よりもききにくさを感じました。
	肯定的評価 (3)	普段向き合ってゆったり2人だけで話す時間をとっていなかったんでとてもよい機会でした。

表8 1年生2回目のホームワークにおける保護者の感想の内容分析 (N=46)

上位カテゴリ (人)	下位カテゴリ (人)	具体的記述内容
コミュニケーションの促進 (45)	今後への展望 (13)	「ゆずりあう」気持ちで大切だと思いましたが。今回はゆったり話があまりできまわりましたが、今後に活かしたいと思います。
	今までの反省 (13)	「落ち着いて話す」は2人ともが苦手なことだと改めて思いました。親子の会話は意見の出し合いではなく、主に楽しみとしてのおしゃべりが多いので「ゆずりあう」という感じではなかったように思います。
	努力の継続 (12)	ワザは使ったつもりですが、子どもと気持ちを通わせたいは不安です。今後も意識して接していきたいと思えます。
	上達の実感 (7)	改めて深く考えることができてとてもよい勉強になりました。子どもも意識していたのが話し方に変化があったように思います。よくできていたように思います。
気持ちの変化 (29)	子どもへも理解 (17)	自分の話を整理しながら話すことが少しずつできるようになってきたように思います。
	喜び・楽しさ (7)	たくさんお話を聞いて気持ちがよくなったからうれしかったよ。
	期待 (5)	これからも、子どもとの時間を大切にしていきたいです。
3つのワザの活用 (21)	3つのワザへの理解 (9)	何気なくいつも会話していましたが、キレないで話ができるか?相手の気持ちを理解しているか?お互いの意見を受け入れているか?等、改めて深く考えることができてとてもよい勉強になりました。
	3つのワザの活用 (7)	子どもとの会話を3つのワザを使って話す、普段は何も考えずに話していると反省しました。毎回このワザを使うのは難しいけれど、子どもから話しかけてくる時などは、しっかりこのワザを生かしてコミュニケーションをとりたいたいと思えました。
	3つのワザの評価 (5)	親子であっても、意識しないとわからないこともたくさんあるので「ワザ」として子どもにもなじみやすく、その事を解決する術となり、よかったです。
ホームワークの取組 (4)	意欲の向上 (4)	どのようにしたら、自分の気持ちが子どもに伝わるか色々と考えて話をするといつもとは違った会話ができたと感じています。子どもも一生懸命自分の気持ちを伝えようと頑張っていました。

表9 2年生1回目のホームワークにおける保護者の感想の内容分析 (N=46)

上位カテゴリ (人)	下位カテゴリ (人)	具体的記述内容
コミュニケーション促進 (28)	挨拶 (14)	挨拶をきちんとすると一日が気持ちの良いものになるね。
	会話 (7)	たくさんお話をできました。学校でも楽しく過ごしていることがわかり、お話しできて楽しかったです。
	接し方の工夫 (4)	お互いの目を意識して接することで気持ちよく生活ができました。
	一緒に考えること (3)	兄弟仲良くゆずりあって一緒に遊べました。
自己洞察 (22)	努力不足 (10)	挨拶は基本的なことでも毎日できていると思っていたけれど、意識してみると意外とできていないことが多々ありました。
	気持ちの大切さ (8)	言えた時の「気持ち良い」と感じた気持ちを大切に、これからもできるといいたいと思います。
	時間不足 (2)	忙しくてゆったり話をする時間がない。
	親の影響 (1)	私の態度がそのまま反映される。

	経験不足	(1)	子どもと改めて向き合う機会がなかった。	
家庭の雰囲気の変化	(12) 笑顔	(5)	毎日、家庭で「ありがとう」を言う機会があり夕飯の時間を笑顔で過ごすことができてよかったです。	
		(4)	普段よく使う言葉ですが、こうして意識して言葉にする事により素直な気持ちが伝わってとてもよかったと思います。	
	言葉かけ	(4)	つい声を荒げてしまうことが多いのですが、少しゆっくり指示してみると、すねたりおこったりといった反応があまり返ってきませんでした。	
展望	(12) 目標の継続	(4)	お互いに感謝の心をもって接することができるようになるとういと思うので、この先続けていきたいです。	
		(4)	なりたい自分になるためには、まず心がけることから始まると思うので、これを機会に続けていき、未来につなげたいと思います。	
	将来への希望	(4)	意識をして心をこめて言うようにしたい。	
	上達への期待	(1)	数あるあいさつがたくさんできるとういな。	
	家族の協力	(1)	家族みんなで気持ちのよいあいさつをすよう心がけました。	
子どもへの感謝	(6)	お手伝い	(4)	お手伝いをしてもらい嬉しく、いつもより優しく接することができました。
		思いやり	(2)	暗そうな顔をしていると、一緒にどうしたらいいか考えてくれました。
家族で取組む機会		(3)	「家族でどうしたらよいか…？」と考える機会をいただき良かったです。	

表 10 2年生2回目のホームワークにおける保護者の感想の内容分析 (N=42)

上位カテゴリ (人)	下位カテゴリ (人)	具体的記述内容
自己洞察 (44)	努力不足 (22)	家族間の甘えや感情的になってしまうことがあり、改めて難しいことだと感じました。とても大切なことなのでこれからも意識して接していくといいなと思います。
	3つのワザの難しさ (11)	気持ちを伝えることの難しさを感じます。自分の気持ちを伝える…とても難しいと思いました。言葉にしようと思うとなかなか伝わりにくかったり言葉にできなかったり…。
	子どもへの理解 (11)	自分の気持ちを伝えられるようになった。ゆずりあうことはよくできる
	子ども依存 (1)	忙しそうだと気をつけて本など読んで静かにしてくれて助かっている。
コミュニケーションの促進 (11)	3つのワザの活用 (10)	親子の間だけでなく、姉妹でもこの3つのワザを使ってコミュニケーションがとれるといいなと思いました。相手の気持ちを考えたりゆずりあうことで家族間でも気持ちよく過ごせるように3つのワザを使っていきたいですね。
	激励 (1)	ゆっくり落ち着いてやればできると思いますので、がんばってください。
展望 (9)	目標の継続 (6)	粘り強く伝えて本人が気持ちよく取り組んでくれるところも気持ちよくなりますので、達成感充足感があり続けていきたいと感じました。
	上達への期待 (3)	話し合いが習慣づくようになればいいなと思いました。これからも、少しでも意識してお互いに話をしたいです。
満足感 (5)	満足感 (4)	家族の中で相手の気持ちを考えることを身につけるのは、自然と友だちやまわりの人にもできるように思うのでこのような意識を高めるいい機会になりました。
	感謝の気持ち (1)	素直に自分の気持ちを伝えてくれてうれしいです。これからも楽しい会話ができるように気をつけていきたいです。

IV. 考察

本研究では、親子で行うホームワークを介して保護者のプログラムへの参加を親子へのコミュニケーション支援として試み、その実践可能性について検討した。

1 ホームワークを介したプログラム参加について

学校で取り組む心理教育「サクセスフル・セルフ」での自己洞察、困難への対処解決、コミュニケーション力向上に関する取り組みを学校外、特に家庭と連携した取り組みとしていくために (IUHPE, 2009)、保護者の参加方法について検討した。参観日や保護者会等のあらかじめ計画されている学校行事に毎回参加している保護者の割合は低学年で約30%に過ぎず、学年が進むにつれて参加率が低下することが明らかにされている (増田, 2009)。実際、A小学校での保護者の学校行事への参加率は、学校行事の種類や時期で大きな差があり、続けて多くの保護者が参加することは困難であると推測された。そこで、「サクセスフル・セルフ」を学級で児童を対象に行い、学習内容に基づいた親子で行うホームワークを作成した。そして、児童に家庭に持ち帰ってもらい、家庭で保護者と児童と一緒に取り組む方法を試みた。その結果、全員の児童とその保護者が参加することができた。4回全てホームワークの提出率は、90%を超えていた。以上より、学校で取り組む心理教育「サクセスフル・セルフ」に親子で行うホームワークを用いることは、自宅で参加できることで、親子一緒に目標に取り組め、多くの保護者の参加が期待できると考えられた。

2 ホームワークの実践可能性について

本研究において、1, 2年生児童及び保護者のホームワーク実践後の自己評価得点から概ね目標は達成されていると考えられた。また、親から子へ子から親へという双方向に向かうコミュニケーションのあり方がコミュニケーション支援には重要である (米澤, 2004) と言われており、児童及び保護者のホームワーク実践後の感想の内容分析で、親子間のコミュニケーションの促進やその結果による児童と保護者の満足感が多くあることがわかり、心理教育「サクセスフル・セルフ」でホームワークを用いることによって、親子のコミュニケーションが促進し、親子の理解を深めることが可能であると考えられた。

親からの理解や親子の会話の有無は子どもの心の健康問題と関係が見られ、中でも子どもの年齢が低いほど子どもの心の健康問題に影響を与える (吉本ら, 2005, 2007)。低学年ほど親子によるコミュニケーションが心の健康問題に与える影響が大きいと考えられ、この時期から親子コミュニケーションを支援することは意義があると考えられた。

V. まとめ

学校で取り組む心理教育 “サクセスフル・セルフ” を学校外、特に家庭と連携した取り組みとしていくために、児童が家庭で保護者と一緒にホームワークを活用した保護者の参加方法について検討したところ、ホームワークへの参加率、ホームワークにおける目標の達成状況、ホームワークを行った児童と保護者の感想分析から、親子の良好なコミュニケーションを育む機会になったと考えられた。その結果、今回の試みは、“サクセスフル・セルフ” を介した学校と家庭をつなぐ、実践可能な包括的取り組みになり得ると考えられた。

謝辞

本研究にご協力頂きました、児童の皆様、実施して頂きました教師の皆様、ご理解とご協力を頂きました教師・保護者の皆様に、感謝致します。

また本研究の一部は、科研費(24530870)の助成を受けました。

VI. 文献

- 安藤美華代 中学生における問題行動の要因と心理教育的介入. 風間書房. 東京, 2007
- 安藤美華代 児童生徒のいじめ・うつを予防する心理教育 “サクセスフル・セルフ”. 岡山大学出版会, 岡山, 2012
- 安藤美華代 いじめを予防する心理教育 “サクセスフル・セルフ”. 八尋華那雄(監修) 臨床心理学の実践 アセスメント・支援・研究 (pp. 239-255), 金子書房. 東京, 2013a
- 安藤美華代 問題の予防に焦点を当てた予防教育. 山崎勝之・戸田有一・渡辺弥生(編) 世界の学校予防教育 (pp. 315-332). 金子書房. 東京, 2013b
- 安藤美華代 小学校全体で心理・行動上の問題を予防する実践研究—“サクセスフル・セルフ 2012 (児童生徒版)” を活用した心理教育—. 岡山大学教育学研究科研究集録, 154, 1-13. 2013c
- Cowan, P. A., & Cowan, C. P. From family relationships to peer rejection to antisocial behavior in middle childhood. In J. B. Kupersmidt & K. A. Dodge (Eds.), *Decade of behavior. Children's peer relations: From development to intervention* (pp. 159-177), 2004
- 傳田健三・加古勇輝・佐々木幸哉・伊藤耕一・北川信樹・小山司 小・中学生の抑うつ状態に関する調査—Birleson 自己記入式抑うつ評価諸悪度 (DSRS-C) を用いて—. 児童青年精神医学とその近接領域, 45 (5), 424-436, 2004

Gentzler, A. L., Contreras-Grau, J. M., Kerns, K. A., & Weimer, B. L. Parent-child emotional communication and children's coping in middle childhood. *Social Development*, 14 (4), 591-612, 2005

International Union for Health Promotion and Education (IUHPE). *Achieving health promoting schools: guidelines for promoting health in schools. Version 2.*

[安藤美華代(監訳)ヘルスプロモーションスクールをめざして: 学校におけるヘルスプロモーションのガイドライン (ヘルスプロモーションスクールの規約とガイドライン 第2版) 2012], 2009 http://www.iuhpe.org/images/PUBLICATIONS/THEMATIC/HPS/HPSGuidelines_JAP.pdf

川喜多二郎 発想法—創造性開発のために. 中公新書, 東京, 1967/2006

Kearney, C. A. School absenteeism and school refusal behavior in youth: A contemporary review. *Clinical Psychology Review*, 28, 451-471, 2008

Kliewer, W., Fearnow, M. D., & Miller, P. A. Coping socialization in middle childhood: Tests of maternal and paternal influences. *Child Development*, 67 (5), 2339-2357, 1996

増田博俊 保護者の学校参加に関する一考察. 東京大学教育学研究科教育行政学論叢, 28, 55-77, 2009

Reijntjes, A., Kamphuis, J. H., Prinzie, P., & Telch, M. J. Peer victimization and internalizing problems in children: A meta-analysis of longitudinal studies. *Child Abuse & Neglect*, 34 (4), 244-252, 2010

高柳伸哉・伊藤大幸・大嶽さと子・野田航・大西将史・中島俊思 小中学生における欠席行動と抑うつ, 攻撃性との関連. *臨床精神医学*, 41 (7), 925-932, 2012

Valiente, C., Fabes, R. A., Eisenberg, N., & Spinrad, T. L. The Relations of Parental Expressivity and Support to Children's Coping With Daily Stress. *Journal of Family Psychology*, 18 (1), 97-106, 2004

山崎勝之・戸田有一・渡辺弥生(編著) 世界の学校予防教育, 金子書房. 東京. 2013

吉本賢太郎・山本善積 住まいの中での親子の会話に関する研究. 研究論叢. 芸術・体育・教育・心理 55 (3), 21-30, 2005

吉本賢太郎・山本善積 子どもの住生活と心の健康. 研究論叢. 芸術・体育・教育・心理 57, 237-249, 2007

米澤好史 子育てと子育て支援のあり方に関する心理学的考察. 和歌山大学教育学部教育実践総合センター紀要 14, 113-122, 2004

資料1 1年生1回目で使用したホームワークの内容

平成25年2月〇日

1年〇組
おうちの方へ

「おうちの人のいっしょにステップアップNa1」のお願い

1年生担任

1年生では、現在「心の健康教室「サクセスフル・セルフ」を実施しています。レッスン12では、友達作りのスキル「自分のお話を話す」「まわりの人の話を聞く」活動を行いました。レッスン内容を深めるために、お子さんの話をこちらの方に聞いていただき、お子さんの気持ちを理解してみてください。ご協力よろしくお願いいたします。

お子さんとの話の内容は、「学校でのこと」「おうちでのこと」など、お子さんにまかせてやってください。

きりとりせん

このころのけんこうきょうしつ「サクセスフル・セルフ」ステップアップカード

おうちの人のいっしょにステップアップ Na1

1ねん〇くみ・ばん・なまえ

	2月〇日						
お子さんが記入してください おうちの人はなぜ 〇いっしょはなぜ 〇すこしはなぜ △はなぜなくぞんねん							
おうちの人が記入してください おうちの話を聞いて、おうちの気持ちを理解してみてください 〇しっかり聞いて気持ちを理解できた 〇すこし聞いた △聴けなくて残念							

*はなしをしたおうちの人はだれですか ()
じぶんのかんそう おうちの人のかんそう

ご協力ありがとうございました

資料2 1年生2回目で使用したホームワークの内容

平成25年3月〇日

1年〇組
保護者様

「おうちの人のいっしょにステップアップNa2」のお願い

1年生担任

1年生では、現在「心の健康教室「サクセスフル・セルフ」を実施しています。レッスン3,4では、友達となかよくなる3つのワザ「自分の気持ちを上手に伝える」「相手の気持ちを考える」「ゆずりあう」の学習を行いました。レッスン内容が深まるように、ご家庭でお子さんと一緒に3つのワザを使って、コミュニケーションをとってみてください。ご協力よろしくお願いいたします。

「自分の気持ちを上手に伝える」とは、「キレイで着ちまわって自分の気持ちが相手に伝わるように話す」ことです。「相手の気持ちを考える」とは、「相手の意見や気持ちを大切にすることです。」「ゆずりあう」とは、「おたがいの意見を少しずつ受け入れる」ことです。

きりとりせん

このころのけんこうきょうしつ「サクセスフル・セルフ」ステップアップカード

おうちの人のいっしょにステップアップ Na2

1ねん〇くみ・ばん・なまえ

〇よくできた ○まあまあできた △できなくてぞんねん

	3/〇	3/〇	3/〇	3/〇	3/〇	3/〇	3/〇
つかったワザ	おうちの人が記入してください						
①じぶんのきもちをしようずに伝える							
②おうちの人のきもちをかんがえる							
③ゆずりあう							
使ったワザ	おうちの人が記入してください						
①自分の気持ちを伝える							
②子どもの気持ちを考える							
③ゆずりあう							

じぶんのかんそう おうちの人の感想

ご協力ありがとうございました

資料3 2年生1回目で使用したホームワークの内容

平成25年6月〇日

2年〇組
保護者様

「おうちの人のいっしょにステップアップNa1」のお願い

2年生担任

2年生では、現在「心の健康教室「サクセスフル・セルフ」を実施しています。レッスン1では、「なりたて自分」に近づけるための行動目標をあてる学習を行いました。レッスン2では、友達関係でよかったことやつらかったことを振り返り、ほどうい友達関係のあり方を考えることを通して、人と関わることの大切さを学習しました。

レッスン内容が深まるように、ご家庭でお子さんと一緒に、どのような家族が、お子さんにとっても親・保護者にとってもよいのかを考え、「家族がなかよくするために心がけたい」家族で取り組む行動目標をたて、実践してみてください。ご協力よろしくお願いいたします。

きりとりせん

このころのけんこうきょうしつ「サクセスフル・セルフ」ステップアップカード

おうちの人のいっしょにステップアップ Na1

2ねん〇くみ・ばん・なまえ

家族がなかよくするために、家族みんなでころがける行動目標

(例：「おはよう」、「おやすみなさい」のあいさつをする)

目標が… 〇よくできた ○まあまあできた △できなくてぞんねん

	6/〇	6/〇	6/〇	6/〇	6/〇	6/〇	6/〇
お子さんが記入してください							
おうちの人が記入してください							

記入したおうちの人はだれですか ()
じぶんのかんそう おうちの人の感想

ご協力ありがとうございました

(OKAZAKI Yumiko) (ANDO Mikayo)

Title: Support for Children in the Lower Grades of an Elementary School through Parent-Child Communication Facilitated using Psychoeducation “Successful Self”

Yumiko OKAZAKI ※1 Mikayo ANDO ※2

Key Words: psychoeducation, homework, parent-child relationship, communication, elementary school

※1 Kurashikihigashi Elementary School

※2 Graduate School of Education, Okayama University