

今、求められる児童生徒等の自己肯定感を高める教育課程の一考察 — 児童生徒及び大学生を対象にした自己肯定感調査を通して —

末吉 雄二（日本工業大学）

Key Word 自己肯定感 思春期の特徴 日本文化の特質 教育課程

1 問題の所在

今年度初め頃より、世界的に新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、日本では小学校から大学までおおよそ3～5月頃迄休業の処置がとられ、学校によってはパソコン等でのオンライン授業が実施されている。仕事や買い物等の暮らしにもパソコンやスマートフォン等で情報を入手している。

近年、スマートフォンやSNSの登場が日本の子ども達に大きな影響を与え、直接的な他者との関係を築けず、むしろコミュニケーション能力の育成が問われる時代になってきている。そのため、児童生徒等によってはクラス等の友人や部活動仲間と親しく振舞っている反面、自己と他者が傷つくことを恐れた希薄な関係や、自分の個性を活かす場や機会があっても周りの人を気にしてクラスや他に活かそうとするよりは、周りに合わせた学校生活を送ろうとしているように思われる。

そこで、内閣府や国立青少年教育振興機構、また日本財団などが、世界と日本の若者に関してのテーマでの意識調査を毎年のように実施している。その中で、日本の若者はOECD等の国の若者と比較すると、自己評価（自己肯定感）が低く、積極性に乏しいこと等が公表されている。その結果を追究してみると、日本の若者の自己肯定感が低い原因には、思春期の特徴や、日本文化の特質、また家庭での生育環境や地域の教育機能の低下、学校教育における集団主義等が考えられる。

本研究では、児童生徒等が安心して主体的に学校生活を送るには、「自己肯定感を高め、自らの手で未来を切り拓く力を育む教育の実現」が重要であると考え。そのため、子供たちの発達段階における意識を把握するとともに、自分を肯定的に捉え活かす教育課程の在り方を検討していくこととした。

2 先行研究

自己肯定感の定義や児童生徒等の発達段階の心理的要素、日本文化の特質等に関する文献を理解することとした。また、学校教育についても現状を把握し、多面的に文献研究することにより調査内容も幅広く検討できると考え、主に次のようにまとめた。

(1) 自己肯定感の定義

心理学用語の self-esteem(セルフエスティーム)は自己肯定感・自尊感情・自己効力感等と訳した言葉と言われ、ほぼ同じ意味合いで使われている。内容としては「自分のあり方を積極的に評価できる感情」「自らの価値や存在意義を肯定できる感情」等を意味する。

(2) 青年期(含:思春期)

青年期の自己概念は、研究者等によって多少の違いはあるが、概ね次のような内容と考え複数の内容を掲載した。

自己概念とは、自分という人間に対する全体的なイメージのことである。青年期は「子ども」でもなく、「大人」にもなりきっていない時期である。思春期に入ると、それまで保っていたアイデンティティーが揺らぎ始め、身体への意識が高まり、同時に他者から見られる自分を意識するようになる。二次性徴の加速現象に加えて身体的・精神的・社会的な変動に伴うアンバランスなこの時期に青年のボディイメージは大きく影響される。

青年期は、発達心理学では14・15歳から24・25歳迄の時期をいう。生理的には性的成熟に伴う急激な身体的変化が現れ、心理的には内省的傾向、自我意識の高まりがみられる一方、不安・いらだち・反抗など精神の動揺が著しいと言われている。

(3) 日本文化の特質(日本の慣習)

① 日本人が「美德」とする慣習(現代は薄いと考える)としては、次のような内容があげられる。

i 「他人に迷惑をかけるな(他人を気遣う)」

他人の気持ちを考えた言動をとること。また、表情を表に出さない(控えめなこと)等があげられる。(※剣道や相撲、将棋の試合では勝った喜びを表現するのは禁止となっている。)

ii 「自己主張」は潔くない行為

「男は黙っている」、女性の理想像としての「大和撫子」を押し付けられる傾向がある。

iii 「謙遜する」

謙遜は相手のことを考えた優しい行為で、世間体（地域への気遣い）を考慮して自慢を控える。

② 幼少期の家庭教育とその環境

i 子どもの意志が無視され、親が考える教育がなされることが多い。

ii 特に父親には仕事中心で構ってもらえず、親に褒められたり、承認される機会が少なく自分が価値ある存在と思えないでいる。

iii 近年は少子化により過保護に養育され、自分ができるのに親が先に手を出すため自主性等が育たない。また、極少数ながら親からの虐待を受け、自分の存在を否定される子どももいる。

(4) 学校教育

集団主義である日本の学校は、規律の遵守を重んじ目立つ行いはさせず、全員が同じ行動が要求される。また、指導者への尊重も欠かせない。

3 研究の目的と方法

(1) 研究の目的

①各校種別児童・生徒等の自己肯定感の差異を把握し、その内容を分析する。(研究結果1)

②教育系大学生と工業系大学生の自己肯定感を比較分析する。(研究結果2)

③上記①②の分析結果より、主体的に学校生活を送るための教育活動の方策を検討する。

(2) 研究の方法

東京圏の小中高校生及び大学生を対象に、性別の明記と氏名は無記名にて自己肯定感に関する質問紙法によるアンケート調査を実施(2018.12~2020.6)した。

①項目内容：内閣府実施の「我が国と諸外国(米・英・独・仏・韓・スウェーデン)の若者の意識に関する調査(2013)」の項目と同内容。

②対象：小5・中2・高2・大1~3年生(2,351名 無効数92名：有効率96%)

③学校：都内小2校・中4校、都立高4校、都内外私立高2校(含：女子高1校)、国立教育大1校・私立工業大1校、他私立大2校(グラフは、小・中・高・大等と色分け区別した。)

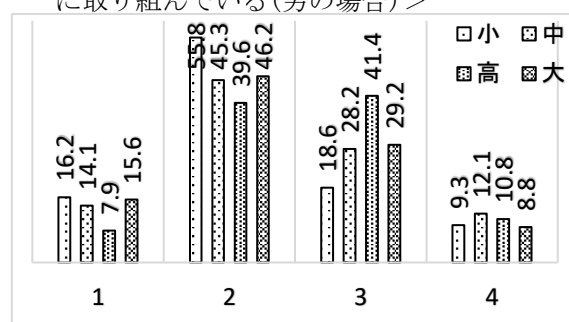
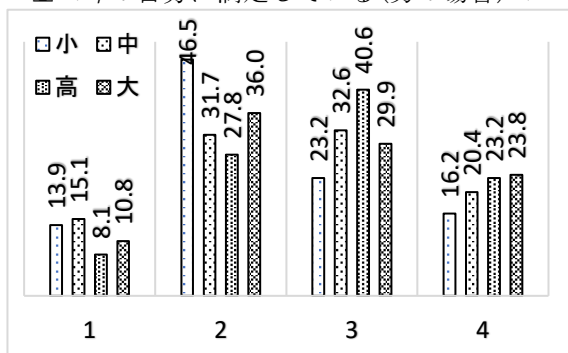
4 研究結果(1)

※質問紙による意識調査は、13項目のアンケートを4択(①そう思う ②どちらかというと思う ③どちらかというと思わない ④そう思わない)で選択回答することとした。

(1) 小中高大生の自己肯定感調査結果の一部を掲載(%:選択した人数の割合を示す)

☐ <今の自分に満足している(男の場合)>

☒ <うまくいくかわからないことでも意欲的に取り組んでいる(男の場合)>



☐の項目「今の自分に満足している(男の場合)」において、内閣府調査では選択肢①②が日本人の若者は45.1%(米:86.9%、英:80.0%、独:81.8%、仏:85.8%等)諸外国と比較すると最低であるが本研究では、小中高大の合計で46.8%とほぼ同様な数字となった。

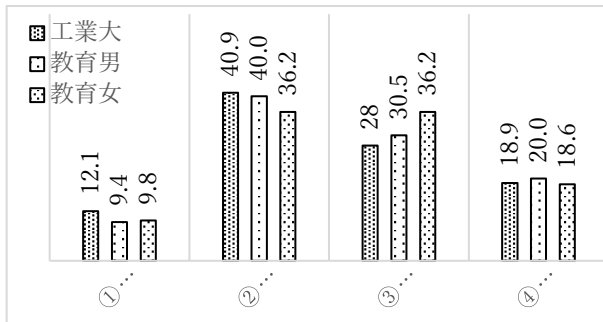
☒の項目「うまくいくかわからないことでも意欲的に取り組んでいる」においては、内閣府調査の選択肢①②の日本人は51.5%(米:78.1%、英:76.1%、独:80.3%、仏:87.4%等)で最低である。本研究では、小中高大生の合計は59.6%であった。内訳では小学生が72.0%、中高生は選択肢③④を合わせて半数が意欲的な生活ではない。他、内閣府調査「自分は役立たないと強く感じる」では、日本人は選択肢①②を合わせて51.8%(米:55.2%、英:56.5%、独:31.7%、仏:39.4%)等となり、国により違いが出た。本研究では「役立つ」と思っているのは40.6%の結果が出た。

5 研究結果（2）

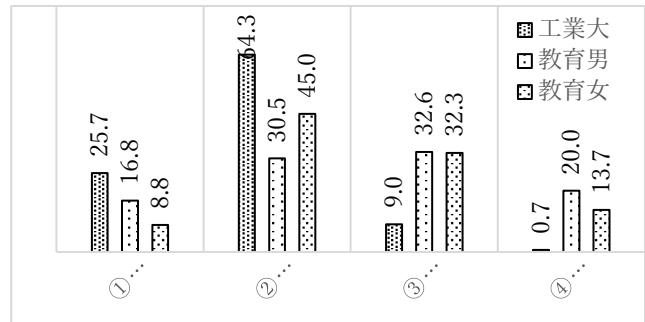
教育系大学生は、小中高校等の教諭資格取得を目指す学生である。また、工業系大学生は機械・電気・建築等について学修し、その方面に就職する学生が主である。

調査項目は、教育系大学生は上記(1)の調査と同13項目、工業系大学生には独自の5項目を合わせた18項目で実施し、選択肢は上記研究結果(1)と同様とした。両大学生の自己肯定感に関する意識を把握分析し、下に調査項目の一部を掲載した。（%：選択した人数の割合を示す）

㊦<今の自分自身に満足している>



㊦<うまくいくかわからないことでも意欲的に取り組んでいる>



上記㊦の項目のグラフでは、選択肢①②を合わせて工業系は53.0%、教育系(男女平均)では47.7%と、満足度は工業系が高い。教育系では、女子が男子より満足していない学生が5.0%弱存在する。

上記㊦の項目のグラフでは、工業系が選択肢①②を合わせて90.0%、教育系は男女平均50.5%と大きな開きとなった。

他、「毎日の勉強や生活を楽しんでいる」の項目では、選択肢①②を合わせて工業系は68.1%、教育系は男女平均50.5%となり、工業系が大学生活を楽しんでいることがわかった。

また「今の自分が好きだ」の項目では、選択肢①②を合わせて工業系が73.6%、教育系が62.9%となり工業系学生が自分を肯定的に受け止めていると考える。

工業系の独自の項目において、「小さい時から親に褒められたり認められる機会がよくある」では選択肢①②を合わせて67.4%。また「小さい時から人には迷惑をかけないようにと親から言われてそだった」については78.0%。「褒められても謙遜する方だ」では78.6%。「世間体を気にする」では75.7%と回答している。

6 考察

日本の若者の青年期の特徴や、日本文化の特質とした美德の慣習、また幼少期の褒め認めてもらえる機会の少ない家庭教育、学校教育の集団主義等が、児童生徒等の自己肯定感を低くしている原因でもあると考える。

研究結果を振り返ると、研究結果(1)のアンケート項目㊦「今の自分に満足している(男の場合)」で、日本の若者が45.0%余りと低いのは、本人の遠慮も考えられるが、学校教育面で考えると発達段階に応じた生き方指導も合わせた子どもの力(よさ・可能性)を活かす指導方法や、好奇心と興味関心のある学校生活に繋がっていないのではないかと考える。③④を選択した学生の中には、「もっと伸びるはずだから」「今の自分に満足したくないから」等の自由記述があり、今の自分を肯定的に受け止めた意見もあった。また、項目㊦「うまくいくかわからないことでも意欲的に取り組んでいる」では、両方の調査でも他国より20.0%も自己評価が低いのは、思春期の特徴の1つとしての周りの人を気にしたり、失敗を恐れることも考えられる。また、「自分に役立つ人間だ」では、諸外国の若者と大きな差はないが、日本の若者は日本文化の特質としての遠慮なのか、または家庭内や地域で役割分担が少なく、人のために何かをして褒められた経験が少ないのが原因の1つと思われる。

研究結果(2)の項目㊦「今の自分に満足している」では、自由記述の中には、選択肢③④の理由として「自分が決めた目標に届いていないから」「まだ成長が見込めるから」が両大学生に複数の意見があった。また、工業系では教育系より満足度が5.0%高いが「やらなければいけないことも、やりたいこともできていないから」「周囲の人の目を気にし過ぎて、場合により自信を失くす」「まだできることが多くあるから」等の意見が満足していない理由として挙げている。

項目④「うまくいかかわからないことでも意欲的に取り組んでいる」では、工業系が教育系より約40.0%も自己評価(自己肯定感)が高いのは、物づくり等への目的がはっきりしているから意欲的な毎日を送っている理由と考えられる。これは、小中高校でも同様で、授業や諸活動で各生徒等に役割分担した目的を持たせた取り組みを実施することが、意欲的な行動に繋がると考えられる。ただ、選択肢③④の理由として「不安だから意欲的に取り組めない」「課題などで難しいところは諦めがちだ」と記述した工業系の学生も存在し、精神的な弱さも垣間見られる。

他、工業系の方が教育系よりおよそ20.0%弱の学生が「毎日の勉強や生活を楽しんでいる」。また、「今の自分が好きだ」では、教育系より10.0%以上の工業系の学生が肯定的に受け止めている。

さらに、工業系の学生に対して日本文化の特質としての3項目(迷惑をかけるな・謙遜する・世間体を気にする)では、平均77.0%の学生が当てはまると回答している。この結果を考えると「規則を守る・辛抱や努力・他と同調する等」がよいということになり、子ども自身が自分を肯定的に受け止められないことになる。学校教育では「出た杭は打たれる」傾向にあるが、これからの時代の人材育成には「出る杭は伸ばす」ことが、自己肯定感を高めることになるのではないかと考える。

7 まとめ

今、先行き不透明な時代を生き抜く力としては学力だけでは通用しないことを生徒等は知っている。そのため、自己肯定感を高める活動は生徒等が目的を持ったり、社会に出てから学ぶ姿勢にも繋がると考える。具体的に述べると、家庭教育においては日本文化の特質をあまり意識せず、親自身が自己肯定感を持ち、我が子に対しては「他人と比較しない。親子の会話や共感する時と場所を設ける。プラスの言葉かけにより我が子は親から大切にされていると感じる」等が自己を肯定する力に繋がると考える。

また学校教育では、授業や諸活動において教職員が生徒等の活躍する機会や場を意図的・計画的に与え、有用感や肯定感を高めるようなかかわりを実践していくことである。

例えば、前籍校で私が実践した結果を述べると、校内での「総合的な学習の時間」においては世の中で活躍している外部人材を授業に呼び、生徒等に答えを求めるのではなく、意見や感想を述べる形式で授業を進めていくと、生徒等は回数を重ねる毎に「今回はどんな人が授業をしてくれるのだろう」と楽しみにし、皆の前で意見を述べる生徒が増えていった経験がある。

また校外を含めた総合等では、教員が大まかなテーマ(町内の花植え・保育園児と遊ぶ・高齢者宅訪問等)を例示して、①生徒等にテーマを選択させる→②同一テーマを選択した生徒等を集合させる→③何を学ぶか自己目標を立てる→④どんな方法で取り組むか考えさせる(班・個人別等)→⑤活動発表の方法を選択させる等、全ての生徒等の選択を承認し、生徒等が何を求めているのか多様性を大事に指導をしながら、各学年・各学級又は時には、異学年を含む集団等で体験をさせていく。

これらは、学校生活において学校内外を問わず、地域や地域人材、企業等の協力を得て、例えば、「道徳」と「特別活動」、又は「総合」と「教科等」と組み合わせ、2～3時間の連続した教育課程を編成した授業を月1回実施し、継続することで生徒等是有用感や肯定感を味わい「やればできる」と実感することが、自己肯定感を高めることになり「社会の中で主体的に生きる力」に繋がると考える。

【引用・参考文献】

- ・実用日本語表現辞典 2015
- ・小学館「デジタル大辞泉」2016
- ・国立青少年教育振興機構「高校生の生活と意識に関する調査報告書」2014
- ・東京都教職員研修センター「自尊感情や自己肯定感に関する研究」2010
- ・内閣府「世界7ヶ国の13～29歳の男女を対象とした意識調査報告」2013
- ・東京都教職員研修センター・研修部教育開発課「自己肯定感」2010
- ・国立教育政策研究所 生活指導・進路指導センター「自己有用感」2014
- ・『よくわかる青年心理学』ミネルヴァ書房第2版 白井敏明編 白井敏明・柏尾眞津子 2015
- ・国土交通省・国民意識調査「日本の伝統的な感性」2019