

学校場面における中学生のセルフ・コントロールに関する検討

崔 玉 芬*
庄 司 一 子**

問題と目的

新学習指導要領（文部科学省，2008）によると「生きる力」の具体的な内容は、「子どもが自ら課題を見つけ、主体的に判断し、行動し、よりよく問題を解決する資質や能力」、「自らを律しつつ、他人とともに協調し、他人をおもいやる心や感動する心などの豊かな人間性」である。子どもたちは、自らの力で自己決定し、自らを導き伸ばしていく力を身に付けなければならない。

近年、学校教育において不登校、校内暴力など様々な問題が発生している。特に不登校やいじめは、小学生から中学生に移行する段階で急増し、中2がピークであることなどが指摘されている。こうした中、授業など学校生活のなかで、生徒がセルフ・コントロールを身につける重要性が改めて重視されている。教育場面でのセルフ・コントロールについては、生徒の学級適応や非行傾向行為や社会的スキルに影響を及ぼすことがこれまでの研究で指摘されている（庄司・林田，2003；小保方・無藤，2005）。このような研究のなかで、生徒の学校適応に影響を及ぼす要因として、セルフ・コントロールの重要性が指摘されている（岡田・渡田，1992；石津・安保，2008）。また、メンタルヘルスの観点からも、ストレスやストレス反応に影響を及ぼす要因として、セルフ・コントロールの重要性が指摘されている（橋本・西村，2004；原田・坂井，2006；奥野・小林，2007；石津・安保，2008）。

教育場面におけるセルフ・コントロールに関する研究は、臨床、発達の視点からの研究が行われている。

杉若（2003）はセルフ・コントロールを、現時点で妨害要因の影響を受けている機能を回復するための調整型セルフ・コントロールと将来の結果を予測してより自発的に実行される（あるいは、後のダメージを回避する）改良型セルフ・コントロールの2つに分けて考察を行い、セルフ・コントロールに影響する要因は、内的要因としては、比較的一貫した個人の特性、すなわち個人差要因、外的要因は状況変数であると指摘した。

庄司（1996）による幼児・児童のセルフ・コントロールの研究では、セルフ・コントロールを抑制と促進2つの側面から検討を行い、さらに、個人的場面と社会的場面に分けて、発達の検討を行った。その結果、①小学生のセルフ・コントロールは、学年があがるとともに低下する。②内容別の結果から、個人的場面における促進、抑制、社会的場面における抑制、促進ともに学年に伴って低下する。③社会的抑制面のセルフ・コントロールは、男児よりも女児が高いということが指摘された。

臨床場面における研究は大学生以上の大人（杉若，2003；塚本，2004 ほか）を対象に行われており、また、発達の視点からの研究は幼児・児童（石田，1995；庄司，1996 ほか）を対象に行われている。しかし、中学生のセルフ・コントロールに関する研究は非常に限られているのが現状である。

崔（2009）は、これまでの思弁的論考にとどまっていた生徒のセルフ・コントロールを「自

* 筑波大学大学院博士課程人間総合科学研究科

** 筑波大学大学院人間総合科学研究科

分の思考・感情・行為を自分自身で制御することである。つまり、したいが価値ないから行動しない、あるいはしたくないが、価値があるから行動すること」と定義し、中学生用セルフ・コントロール尺度を開発した(崔, 2009)。

子どもの自己コントロール能力は、自己システムを構成する3つの要素(自己概念、自尊心、自己コントロール)の中の1つである。自分の感情や行動を統制できる子どもほど有能感をもっている(Pope, McHale, & Craighead, 1988 高山訳 1992)ことが選考研究から指摘されている。

以上を踏まえ、本研究では、発達段階的に青年前期に位置し、葛藤の中で揺れ動きながら、自立を試みる中学生を対象に、学校場面において、セルフ・コントロールについて検討することを目的とする。具体的には、(1)学校場面における中学生用セルフ・コントロール尺度を用い、セルフ・コントロールの構成概念の特徴を明らかにする。(2)中学生を対象にセルフ・コントロールについての質的調査を実施する。具体的には学校場面でのセルフ・コントロールの状況、及び学校生活への影響、などについて面接調査で明らかにする。

【研究1】

方法

調査時期

2009年7月に調査を実施した。

調査対象

首都圏のA中学校1年生～3年生の365名(男子:196名、女子:169名)であった。回収された365部の質問紙の中、12名の回答が充分ではなかったため、353名(男子189名、女子164名)の質問紙を分析に使用することにした。

調査内容

質問紙を用いて調査を行った。その内容は、

①フェイスシート

学年、性別の記入を求めた。

②「学校場面における中学生用セルフ・コン

トロール尺度」(崔,2009)を用いた。これは4つの下位尺度からなっている。「学習・促進面」(4項目)、「校則・抑制面」(4項目)、「活動・促進面」(4項目)、「対人関係・促進面」(3項目)、計15項目である。友だちと、先生と、ほかのまわりの人と、よくあるいろいろな場面についての15項目を「いつもする」(4点)、「ときどきする」(3点)、「あまりしない」(2点)、「いつもしない」(1点)の4件法で回答を求めた。

調査手続

調査手続は、調査対象者の確保、回収率、回答の質を確保する観点から、調査対象者の在籍する学級単位で、集団で実施された。中学校に依頼し、クラス担任が教室で質問紙を調査対象者に配布し、一斉に実施し、その場で回収した。回答は無記名で行われ、調査対象者が答えたくない場合には、答えなくてもよいこと、そのことで個人に不利益が生じないことを伝え、さらに回答が他人に知られることはないことを保証した。

これらの方法はすべての学年クラスにおいて共通であった。統計処理は、SPSS (Version17.0)を使用した。

調査時間は、およそ20分であった。

結果

「学校場面における中学生用セルフ・コントロール尺度」の4つの下位尺度の学年差と性差を検討するため、「学校場面における中学生用セルフ・コントロール尺度」の各下位尺度得点を従属変数、学年と性別を独立変数とする2要因の分散分析を行った(Table 1)。その結果、「学習・促進面」では、学年の主効果が認められた($F(2,343) = 4.48, p < .05$)。Tukey法による多重比較の結果、1年生が2年生より有意に高い得点を示していた。「校則・抑制面」においては、有意差が認められなかった。「活動・促進面」では、学年の主効果が認められた($F(2,343) = 6.54, p < .01$)。Tukey法による多重比較の結果、1年生が2年生より、1年生が3年生より有意

Table 1 セルフ・コントロールの2要因分散分析(学年差・性別差)

	1年		2年		3年		主効果		交互作用						
	男子(58~63) 女子(n=51~57)		男子(n=49~52) 女子(n=42~46)		男子(n=68~73) 女子(n=55~61)		学年	性別							
	M	SD	M	SD	M	SD	F値	F値							
学習・促進面	3.05	.63	3.25	.58	2.93	.69	2.88	.63	2.98	.61	4.48 *	.45	n.s.	1.23	1年>2年
校則・抑制面	3.69	.65	3.75	.54	3.64	.75	3.70	.50	3.62	.71	.41	n.s.	.72	n.s.	.00
活動・促進面	3.66	.40	3.83	.29	3.56	.53	3.58	.54	3.51	.41	6.54 **	3.79	n.s.	.74	1年>2年, 1年>3年
対人関係・促進面	3.34	.55	3.47	.42	3.17	.66	3.33	.57	3.16	.61	8.49 ***	.84	n.s.	2.06	1年>3年

*** $p<.001$ ** $p<.01$ * $p<.05$

に高い得点を示していた。「対人関係・促進面」では、学年の主効果が認められた ($F(2,344) = 8.49, p<.001$)。Tukey 法による多重比較の結果、1年生が3年生より有意に高い得点を示していた。

考察

本研究の目的は学校場面における中学生のセルフ・コントロールを明らかにすることであった。「学習・促進面」において、1年生が2年生より有意に高かった。「活動・促進面」において、1年生が2年生、3年生より有意に高かった。「対人関係・促進面」において、1年生が3年生より有意に高かった。この結果から、中学生の学校場面におけるセルフ・コントロールは、学年が上がるとともに、変化していることが推測される。この結果は、庄司(1996)の児童のセルフ・コントロールは発達とともに低下するという結果と一致している。1年生の時は、まだ、小学校から中学校に進学したばかりであるため、先生や親の話しをよく聞くことと関係あると考える。その結果、子どもたちは、授業中は先生の話しをよく聞き、部活動などでは先輩や友だちの話しをよく聞いているため、自分をよくコントロールしていると考えられる。つまり、学習面、活動面、対人関係面において、1年生は自分が行動「したくないのにする」といった行動をとる傾向が学年にかかわらず高いことが推測される。「校則・抑制面」においては、有意差が認められなかった。つまり、校則面において、学年、性別と関係なく、自分が行動「したいのにしない」といった行動をとる傾向が高いことが推測される。小学生の時から、学校の規則、

ルールは必ず守らなければならないという考えを持っているため、その考えが中学校に入っても、当たり前のこととして考え、学年、性別に関係なく、「校則は守るべきである」という考えを持っていることが推測される。

学校場面における中学生のセルフ・コントロールの各下位尺度の性差を検討した結果、男子と女子には差がなかった。この結果は、庄司(1996)の児童の社会的抑制面のセルフ・コントロールは、男子より女子が高いという結果と異なっている。つまり、中学生になると、男女に関係なく、セルフ・コントロールしているということが明らかとなった。

【研究2】

方法

調査時期

2009年11月に面接調査を実施した。

調査対象

調査は、質問紙調査を実施した首都圏のA中学校1年生~3年年生を対象とした。各クラスの担任に依頼して、クラスでコントロールがよくできていると思う子とコントロールがよくできないと思う子を1人ずつ候補者として選択してもらう。合計22人が候補者としてあげられた。その候補者中から、セルフ・コントロールできている子とできない子を学年ごとで任意に1名ずつ、合計6人を選び、面接を依頼し、本人の同意を得て、半構造化面接を行った。候補者の中から、セルフ・コントロールできている子とできない子を学年ごとで任意に1名ずつ、合計6人を選び、面接を依頼し、本人の同意を得て、半構造化

面接を行った。

調査内容

研究の説明と面接調査の内容について説明した。

面接の内容は：

①学校生活の中で、自分としてコントロールできてないと思う時はどういう時ですか。

②自分でコントロールができてないのはなぜだと思いますか。その時どうしていますか。自分なりに工夫していることがありますか？

③学校生活の中で、自分としてコントロールできていると思う時はどういう時ですか。

④自分でコントロールができていないのはなぜだと思いますか。その時どうしていますか。自分なりに工夫していることがありますか？

⑤学校生活を上手く過ごしていると思いますか。どの場合ですか。あなたはどのような努力とか工夫をしていますか？

調査手続

面接調査は個別面接で行い、調査対象者の匿名性が確保されることを説明した。インタビューの内容は研究のみに使用し、他者が調査対象者の回答を見ることは一切ないことを説明した。

この面接調査への協力は自由意志であることを文書及び口頭で説明した。また、答えられない質問や、答えたくない質問は無理に答えなくてよいことを口頭で説明した。面接中でも面接を自由に中断できる旨を説明し、さらに、面接後でも、面接内容について、疑問があったり、回答を取り消したい場合には、その意志が最大限に尊重されることを説明した。

面接場所は、面接対象校の会議室で行った。

面接調査時間は、お昼休みのおよそ15～20分、放課後のおよそ15～20分であった。

結果

調査協力者の言葉を「」で、面接者の言葉を《》で、記載した。アンダーラインが引いてある部分は、セルフ・コントロールと関連ある発言である。事例提示に関しては、承諾を得ているが、プライバシー保護のため、事例の本質を

損なわれない程度に、一部改変した。

1. 1年生の事例

A：男子生徒、13歳。中学校1年生である（以下Aとする）。部活はパソコン部に入っている。本人は授業（場合による）や部活などではセルフ・コントロールできていると思っているが、委員会活動や授業中（場合による）では、コントロールできない時があると思っている。コントロールするためには、自分に対して言い聞かせる方法などを行っている。学校生活は適応していると本人は思っている（Table 2）。

B：女子生徒、13歳。中学校1年生。部活動は女子バスケットボールに入っている。本人は授業中メモしたり、集中することがコントロールできないと思っている。掃除することは好きである。勉強が好きではないため、工夫して、様々な方法を考えて、自分をコントロールしていると思っている。学校生活は友だちがいるため、とても楽しいと思っている。相手の気持ちを考えることが、友だちとの間で、とても重要だと思っている（Table 3）。

2. 2年生の事例

C：女子生徒、13歳。中学校2年生。友だちを非常に大切にしたいという気持ちを持っている。友だちの意見に流される時もあり、自分をコントロールすることが難しいと思っている。人とのコミュニケーションをとる時、言葉遣いにとっても気をつけている。その面では、自分でコントロールしていると自負している。自分と相手が平等になって、お互いに尊敬することがとても重要だと思っている。学校生活に適応していると思っている（Table 4）。

D：女子生徒、13歳。中学校2年生。部活動は吹奏楽部。本を読むことが大好きで、授業中に本を読むことがコントロールできないことである。友だちとしゃべることも好きで、部活動の時もおしゃべりをするのがコントロールできない。掃除はきちんとやることや、校則を守ることが、自分をコントロールできている。学校生活をもっと楽しく過ごすためには、たくさんの友だちを作りたいと思っている（Table 5）。

Table 2 インタビュー調査の回答 (Aさん)

質問者 (面接者)	回答者 (調査対象者)
1. 「コントロールできないこと」について	
①《学校生活の中で、自分としてコントロールできてないと思う時はどういう時ですか。》	「委員会とか、そういう時、「帰りたい」というのがあるんですけど、その「帰りたい」という思いと、やらなければならないのがあって、その「帰りたい」というのが勝ってしまって、仕事を忘れて帰ってしまう時があるんですね。」
②《自分でコントロールができてないのはなぜだと思いますか。》	「やっぱり楽しみたいとか、それともその後遊びたいとか、その時によっていろいろありますけど、やっぱり、そういうふうに、自分で動くのが苦手なんだと思います。」
③《その時はどうしますか。》	「自分に「これやってからでいいじゃん」と自分に何度も言い聞かせて、「 <u>実際やったら、その分いいこともその分ある</u> 」って。それをやったら自分に言っ、という感じですかね。」
④《そのため、自分なりに工夫していることとかありますか。》	「やっぱり基本的には、朝顔洗う時とか、その時に「ちゃんとやるぞ」みたいな感じで、 <u>鏡をみて自分をちゃんと立て直します。そういうのを朝にやると、一日そういうふうに、「ちゃんとしっかりするんじゃないかなあ」と自分では思っています。</u> 」
⑤《それ以外に、学校生活の中で、自分でコントロールできてないと思うことがありますか。》	「委員会以外でいったら、やっぱり授業とかの時ですかね。授業の時、友だちと話してしまったり、そういうことが多くあるので、そこは直していきたいなあーとは思っています。」
⑥《なぜ、そのようにコントロールできてないと思いますか。》	「やっぱり、学ぶとか働とか、自分の中でもいいと思っはいるんですけど、それよりも気楽に喜びを味わえるという、 <u>楽に喜びを味わるという方にいっちゃうので、ついに授業の方を忘れてしまっうんですね。</u> 」
⑦《その時、どうしますか。》	「さっき言ったように、朝、自分に言い聞かせるとか、後ほかには、その時にまず、 <u>宣言しちゃうこと</u> ですね。」
2. 「コントロールできること」について	
①《学校生活の中で、自分としてコントロールできていると思う時はどういう時ですか。》	「苦手な数学とかの授業と着席の時間を守ることですかね。時間は比較的守っているほうなので、そういう時は守っています。」
②《そのようにコントロールできているのはなぜだと思いますか。》	「 <u>喜びの方、終わった後の楽しさが近いという方と、それと、あと、動くややっぱりいいことはある</u> ということですかね。わかりやすい楽しさと分りにくい楽しさってあるんじゃないですか。例えば、早く座れば席替えが早くできると思うんですけど、そんな感じのことがたくさんあって、コントロールできていると思います。」
③《コントロールできるために、自分でどんな工夫をしていますか。》	④「コントロールするためには、 <u>課題を思わせるようなこと、または、やりたいという、思わざるを得ないという思いを自分でつくれば、逃げ道が断ちやすくなって、コントロールできる</u> と思います。」
④《それ以外はありますか。》	「部活 (パソコン部) で、プログラムとか作ったりするんです。そのプログラムをつくる期限があって、例えば、2日であったり、それをやるときは、 <u>責任があって、使命感があって、例えば、やらなければならないとか、それで、コントロールできる</u> と思います。」
⑤それはなぜだと思いますか。	「責任ですね。「 <u>やらなければならない</u> 」という責任。できればやりたいという方がいいんですけど、「 <u>やらなければならない</u> 」気持ちを作れば、コントロールできると思います。」
⑥《そのために、自分でどんな工夫をしていますか。》	「 <u>宣言して、それを何度か繰り返す</u> ことで、自然とできるようにすることですかね。時間はかけるんですけど、コントロールはできていると思います。」
3. 学校生活の現状	
①《学校生活を上手く過ごしていると思いますか。》	「学校生活は、今は上手くいっているといえますね。」
②《上手く過すために、なんの工夫をしていますか。》	「 <u>集団の中の一人として、みんなに貢献できるように、しっかりといろんな成すことをすれば、一番いい</u> と思います。」

3. 3年生の事例

E: 男子生徒、15歳。中学校3年生。趣味はサッカー、バイオリンなど。友だちのことで、感情が常識より強くなる時は、自分をコントロールできないと思っている。場合によって、授業中、友だちに話しかけてしまうことがあり、自分をコントロールできない時もある。3年生であるため、勉強する時は、自分をコントロールしていると思っている。コントロールする時、

価値観で判断することができる。判断することが難しい時は、家族や友だちに相談する方法をとる。勉強、友だち関係、恋愛などの要素がうまく噛み合っていると学校が楽しいし、また、その楽しさが続くためにもコントロールすることが必要であると思っている。学校生活をうまく過ごすためには、周りの状況を把握することが大事なことであると考えている (Table 6)。

Table 3 インタビュー調査の回答 (Bさん)

質問者 (面接者)	回答者 (調査対象者)
1. 「コントロールできないこと」について	
①《学校生活の中で、自分としてコントロールできてないと思う時はどういう時ですか。》	「勉強はいやなんで、先生がはなしをしているんですけど、それを少し聞かなかったり、あと、友だちとけんかがあったりしているんじゃないですか。その時に自分勝手なところがあるので、そういうところは、コントロールできてないと思います。」
②《もっと詳しく言うത്? 例えば?》	「例えば、授業の時に、先生の言うことをメモしなければいけないんじゃないですか。それを聞いただけで、メモしておかないと、練習とかするときに役に立たないんじゃないですか。聞いたことって、すぐ忘れちゃうんですね。だからメモを取らなければならないかなあって、思います。」
③《その時、どうしますか。》	「その時は、自分がダメだなあって、友達から、ノートを借りて、書いたりして、ノートをちゃんと書いて、復習も予習もして、という感じですかね。」
④《自分でコントロールができてないのはなぜだと思いますか。》	「嫌だと思うのと、近くの友だちと話をして、勉強に集中できてないですね。」
⑤《その時、自分なりに工夫とかしたことがありますか。》	「やっぱり友だちからノートを借りるということ。」
2. 「コントロールできること」について	
①《学校生活の中で、自分としてコントロールできていると思う時はどういう時ですか。》	「掃除は好きなので、掃除を進んでいることが自分でコントロールできているのかなあーと思うのと、やっぱり勉強は好きではないが、いい点数を取るために、自分で自習勉強したりしています。」
②《それはなぜですか。》	「掃除は小さいころからやっているので、きっと体が覚えちゃったと思います。あと掃除をすると体を動かすので、楽しいです。勉強は、やりたくないけどやらないといいい点数を取れないし、また、大人になっても子どもに教えられないという点からみると、ちょっと自分も努力しなければいけないのかなあーと思います。」
③《そのために、自分でどんな努力とか工夫をしていますか。》	「先生と1対1になって勉強すると、勉強になるので、そういうように、先生に聞きに行ったりします。」
3. 学校生活の現状	
①《学校生活を上手く過ごしていると思いますか。》	「うまくというより、楽しいです。」
②《なにが楽しいですか。》	「友だちといると、本当に楽しいです。」
③《友だちと楽しく過ごすポイントは何ですか。》	「友だちと噛み合わせることです。友だちに行こうと言われた時に行くとか、わたしが行こうと誘う時に、いくとか。」
④《その合わせるために、コントロールが必要だと思いますが、その時、一番大事なことはなにだと思いますか。》	「相手の気持ちを考えることだと思います。」

F: 女子生徒、15歳。中学校3年生である(以下Fとする)。趣味は水泳、美術である。授業中、友だちとしゃべりたい時に、おしゃべりしてしまうため、コントロールできないと思っている。また、自分がいやな教科はどうしてもやりたくなくなるため、コントロールできないと思っている。勉強と遊びの切り替えをちゃんとやって、学校生活を楽しくしようと思っている。学校生活をもっと楽しく過ごすためには、たくさんの友だちを作りたいと思っている (Table 7)。

考察

本面接調査の目的は、実生活において、中学

生はどのように自分の行動をコントロールするのか、コントロールできているのはなぜか、コントロールできてないのはなぜかなど、中学生のセルフ・コントロールの現状について検討することであった。

「学校場面における中学生のセルフ・コントロール尺度」は、「学習・促進面」、「校則・抑制面」、「活動・促進面」、「対人関係・促進面」の4つの構成概念からなっている。学校場面において、中学生に「コントロールできないこと」、「コントロールできること」について1年生から3年生まで尋ねたところ、多くの話しは、この4つの場面からの話しであった。つまり、学

Table 4 インタビュー調査の回答 (Cさん)

質問者 (面接者)	回答者 (調査対象者)
1. 「コントロールできないこと」について	
①《学校生活の中で、自分としてコントロールできてないと思う時はどういう時ですか。》	「友だちが言った意見に、自分がたまに流されちゃう時があるんです。それが、コントロールできてないからと思います。」
②《もっと詳しくいうと、どういう時ですか。》	「友だちに、遊びとか、「休憩の時間、うちのクラスに来てね」とか言われて、次の移動とかあるんですけど、その時に少しよって、おしゃべりしちゃったりとかして、その移動があることを自分も分かっているんだけど、その友だちの方にむいて、おしゃべりして、その時が、自分が友だちの意見に流されちゃうっているんだなあと思ってます。」
③《自分でコントロールができてないのはなぜだと思いますか。》	「自分が友だちを大切にしたいと思うからだと思います。友達がいらないのはちょっと寂しいことなので、それはいやだなあと思って、大切にしようとする気持ちがあると思います。」
④《そのため、自分なりに工夫していることとかありますか。》	「自分が発する言葉に気をつけて、相手に傷付けないように、例えば「いけたらいくね」みたいに、その時の状況によって、臨機応変に変えられるように、言葉をちゃんと選んで、しゃべるようにする、とかを気をつけています。」
⑤《それ以外に、自分でコントロールできてないと思ったことはありますか。》	「やっぱり、テスト勉強の時期、部活とかで疲れちゃったりして、どうしても、勉強の時間がつくれなくなっちゃったりして、本当は短時間でも、やらなくちゃいけないのに、遊んちゃうとかして、コントロールできてないと思います。」
⑥《それはなぜだと思いますか。》	「自分が自分の気持ちに甘えちゃったんじゃないかなあ〜と思います。」
⑦《その時、自分なりにどんな工夫をしていますか。》	「テスト勉強の時間を決めて、この時間までやって、このくらいまでやる、というふうに決めるようにしています。」
2. 「コントロールできること」について	
①《学校生活の中で、自分としてコントロールできていると思う時はどういう時ですか。》	「授業中とかに、その授業のこととかしてない人とか近くにいる時は、自分もやっばいじゃないところ、自分でも分かっているんで、そこ注意できる場所ですかね。相手が傷付かないように「先生いるよ」みたいな感じで、近くの人に注意することはできるので、そういう時、コントロールできているんだなあというふうに、自分で思っています。」
②《相手が傷付けないように工夫するのはなぜですか。》	「自分が発した言葉で相手が傷付いて、クラスの中の関係が崩れていくのは、自分でもいやなので、そんなふうにならないように気をつけています。」
③《そのために自分なりに気をつける場所は、どういうところですか。》	「自分が発した言葉はもう戻らないじゃないですか。なので、自分が言葉を発する前に、ちょっと考えて「こんな言葉なら大丈夫かなあ」というふうに考えるようにはしています。」
④《それ以外まだありますか。》	「友だちが、わたし勝れたとき、自分はそれをやりたくない時は、「こういうことをやって見ない」というふうに、友だちについて行かなくてするのが、自分としては、コントロールできていると思います。」
⑤《相手に傷付かないように工夫しながら、自分のやりたいこともちゃんとやるということですかね。そのようにできるのはなぜですか。》	「良くないことはよくない、自分がやりたくないことは相手にちゃんと伝えないと、相手も自分の気持ちを分かってもらわないので、そこは自分の意見を言うようにしています。」
⑥《そのために、自分として、どんなこと工夫していますか。》	「いつも自分だけでやりたくないことはやらないというように断るんじゃなくて、相手のやりたいことと自分のやりたいこと、それを交互に受けたり断ったりして、平等になるような感じにできるようにしています。」
3. 学校生活の現状	
①《学校生活を上手く過ごしていると思いますか。》	「はい。友だちとの関係は大事にしていきたいと思っているので、崩れないようにちゃんと努力、工夫して、その関係に気付くようにしています。」
②《そのために、どんなところに工夫しますか。》	「自分の意見はちゃんと言って、また、友だちの言葉もちゃんと聴いてあげるようにしています。」
③《友だちと自分の意見の間に矛盾することがある時はどうしますか。》	「その時は、ちゃんと、もう一回最初からリセットして、相手とちゃんと話し合えるようにしています。」
④《自分がコントロールできているなかで、一番大事だと思うところはありますか。》	「自分の意見と相手の意見をお互いに尊敬することだと思います。」
⑤《その中で一番重要なのはなにですか。》	「自分と相手を平等にすることが大事だと思います。」

校場面において、中学生は主に学習、校則、活動、対人関係のなかで、自分の考え、感情、行動を主張・抑制していくことが推測された。

インタビュー調査を通して、「やらなければならない」(Aさんの話しから)という責任感を持つことになり、その責任感によって、コントロールすることが示された。これはまさに、江川

(2002)の指摘のように、青年前期の知的発達と自己意識の発達によって生じる変化によるものではないかと考えられる。このような発達にともない、中学生は、「やらなければならない」という自分なりの基準を設定し、「やりたくなくてもやる」という促進面の自己基準に基づくコントロールを取る傾向が推測される。

Table 5 インタビュー調査の回答 (Dさん)

質問者 (面接者)	回答者 (調査対象者)
1. 「コントロールできないこと」について	
① 《学校生活の中で、自分としてコントロールできてないと思う時はどういう時ですか。》	「授業中に本を読んではいけないのに、本を読んで、先生に怒られちゃったり、そんなになんか思います。」
② 《自分でコントロールができてないのはなぜだと思いますか。》	「やっぱり勉強より本を読むのが好きだから、 <u>どうしても好きな方にいつちゃうので。</u> 」
③ 《コントロールできない時、自分として、どのような努力とか工夫をしていますか。》	「できるだけ、 <u>面白い本は学校に持って来ないようにします。</u> あとは、できるだけ休み時間に一気に読んでしまいます。それで、 <u>楽しいことが残らないようにしないと…</u> 」
④ 《それ以外に、コントロールできないと思う時はありますか。》	「(部活で) 練習しなければならないのに、おしゃべりして、非常に怒られて。やっぱり怒られます。」
⑤ 《その時はどうしますか。》	「練習しなければならないから、 <u>タイミングを見つけて、始まります。</u> 」
⑥ 《そんな時、自分で努力とか工夫をしていますか。》	「できるだけおしゃべりをしないように、 <u>抑えつめます。</u> 」
2. 「コントロールできること」について	
① 《学校生活の中で、自分としてコントロールできていると思う時はどういう時ですか。》	「例えば、掃除とかちゃんとやるように頑張っています。後は、先生の授業はちゃんと聞くように努力しています。」
② 《そういうコントロールができてるのはなぜだと思いますか。》	「好きかもしれないです。後は、いいところを見せたいとか。」
③ 《自分として、どんなに工夫していますか。》	「 <u>前の日にやることを考えておいて、やることを決めて、次の日に「ばっ」とやっちゃいます。</u> 」
④ 《それ以外にはまたありますか。》	「できるだけ、学校で決めたことは守る。例えば、(制服) 第1ボタン、第2ボタンははずさないとか、ブラウスはちゃんと着るとか。」
⑤ 《それはなぜだと思いますか。》	「少なくとも校則とかはちゃんと守ろうというように決めているというか、しています。ただ、時々廊下を走ったりしてはいるんですけど。」
⑥ 《なぜ、校則はちゃんと守ろうという考え持つことになりませんか。》	「わりと自然に。先生に注意されるのをよくみているのですが、怒られたり。そういう時「怒られたくないなあ」と思ったりしています。」
⑦ 《そのために自分は、どのような努力とか工夫をしていますか。》	「 <u>一応意識して、生活</u> しています。」
3. 学校生活の現状	
① 《学校生活を上手く過ごしていると思いますか。》	「はい、そうです。例えば好きな授業とか、あとは、休み時間に友だちとしゃべったり。前はそんなことが無かったんですけど、中学生になったら、結構いろんな人とおしゃべりしたくなりますので。」
② 《そのためにどんな努力とか工夫をしていますか。》	「できるだけ、授業を楽しめるように頑張っています。」

今回のインタビュー調査を通して、現在の中学生にとって、対人関係が非常に重要であることが確認された。1年生から3年生までのAさんからFさんはすべて「学校生活を上手く過している」と感じている。学校生活の中で、「友だちといることが一番楽しい(Bさん)」、ため、「友だちとの関係を大事にしたい(Cさん)」、さらに「たくさんの友だちを作りたい(Dさん、Fさん)」、「みんなに貢献できる自分としての友だち環境(Aさん)」、「平等な友だち関係をつくる(Eさん)」という気持ちが強かった。この現状は、本研究の【研究1】から得られた結果とほぼ一致していると考えられる。つまり、中学生の学校場面におけるセルフ・コントロールは、少なくとも本6事例のインタビューから、学年差は見られたが、性差は見られなかったという結果を支持するものである。ただ、今回のインタビ

ュー調査から、対人関係のなかでも、対人関係におけるコントロールのしかたには違いがあり、Bさん(女子)、Cさん(女子)、Dさん(女子)、Fさん(女子)は情緒的側面(例えば、「楽しい」、「大事にする」など)でコントロールしようとする傾向が示されたため、これを「情緒的セルフ・コントロール」とした。Aさん(男子)、Eさん(男子)は理性的側面(たとえば、「みんなに貢献」、「平等な関係」など)でコントロールしようとする傾向が示されたため、これを「理性的セルフ・コントロール」とした。今回の面接は6事例と限られているため、どれほど一般化できるか、今後のさらなる面接、調査が必要であるが、少なくとも、今回の調査では、男子生徒(Aさん、Eさん)は理性的セルフ・コントロール、女子生徒(Bさん、Cさん、Dさん、Fさん)は情緒的セルフ・コントロールとい

Table 6 インタビュー調査の回答 (Eさん)

質問者 (面接者)	回答者 (調査対象者)
1. 「コントロールできないこと」について	
①《学校生活の中で、自分としてコントロールできていないと思う時はどういう時ですか。》	「自分の仲のいい友だちが嫌なことを言われたり、他の人がかわいそうだなあとと思うと、その時は時と場を考えずにその場で、止めてあげたいという時。そんな場所で静かにしなければならぬと思うのに、ちょっといじわるされたりすると。その時ちよっと大声を出したりするかも知れないですけど。」
②《自分でコントロールができていないのはなぜだと思いますか。》	「感情の方が常識より強くなって動いちゃうと思います(落ち着きができないと思います)が。」
③《その時、どうしますか。》	「それを抑えようとする時、自分に「落ち着けて」と言います。」
④《それ以外に、コントロールできていないと思う時とかありますか。》	「学校生活じゃなくても、家とかに帰って、やっぱり学校っていろいろあるじゃないですか。それで疲れちゃったりすると、もう、なんか、家に帰って勉強しなければいけないんだけど、疲れて眠くなっちゃって、そのやらなきゃいけないことをできなくて、寝ちゃうとか。その、体が疲れちゃうとやっぱりいろいろ出来なくなっちゃいますね。」
⑤《学校で、授業中とかは、どうですか。》	「今度は逆ですけども、授業中、おしゃべりとかしたくなっちゃって、周りの友だちとかに話しかけちゃったり。今度は悪い意味で、自分をコントロールできない時もあります。」
⑥《その時はどうしますか。》	「その時は、先生に怒られます。」
⑦《怒られたら、またどうしますか。》	「怒られたら、たぶん、その後はやらないと思います。」
2. 「コントロールできること」について	
①《学校生活の中で、自分としてコントロールできていると思う時はどういう時ですか。》	「クラスのまとめ役とか、そういう役職につくときが多いんですけど、なんか代表みたいなのが。そういう時に、やっぱり代表とかが前で、静かにしようとか。乱暴な言葉とか使っちゃうとまとまりがなくなっちゃったり、そういう時もあるので、そういう感情で感情論を言うときとかも、やっぱり冷静に「静かにしなさい」とか、丁寧な言葉を使ったり、そういうので自分の感情を抑えて、代表をつとめる、という経験があります。」
②《友だちとの関係とかでありますか。》	「友だちとか、お昼休みによくサッカーとかやるんです。みんながみんな、自分のやりたいプレードとかしているの、あまりコントロールとかそこでは見えないと思います。」
③《今、中学3年生なので、勉強がかなり中心だと思いますが、そういうところではコントロールしているところはありますか。》	「やっぱり、やらなければならぬんだなあーという気持ちだんだん近づいてきますのでそういうところではコントロールしていると思います。例えばゲームしたいとか。でも春にちゃんと高校行かなければならぬんだなあーと思うと、今は別にそういうゲームをそんなにやりたいわけじゃないから、自分にそういうふうに厳しく言うときがあります。」
④《《そのようにコントロールできているのはなぜだと思いますか。その時どうするんですか。》	「コントロールすることで、自分が得られる結果、コントロールしないことで、自分に帰ってくることにどっちがいいとか天秤にのせた時に、やっぱりここはちゃんとやらなければと思うときは、やっぱりそっちの価値が高いから(とあって)、そっちを選んで。でも、本当に自分が怒ったりする時は、感情の方が先にいっちゃったりする時は、やっぱり自分をコントロールできないかもしれないけど。普通の時はやっぱりそのほうがいいと思う時(です)ね。」
⑤《《自分でこうその価値とか、それを判断してから、行動することですかね。自分なりに工夫していることがありますか? 価値観以外に。》	「やっぱり、そのコントロールするのかもしれないか迷ったりするじゃないですか。その迷ったりする時は、友だちとか、家族とか、相談しに行ったり。やっぱり自分一人では決められない時、その時は、やっぱり人と相談します。」
3. 学校生活の現状	
①《学校生活を上手く過ごしていると思いますか。》	「結構、今は楽しく、よくできていますね。」
②《《もっと詳しく言えば、どんな場合ですか。》	「勉強の、ここ最近、テストとかも上手くいっているし、なんだろう、この中学生として、この生活することで、大事にする要素というのが、勉強とか友だち関係とか、恋愛とか、そういうのが出てくると思います。で、その要素全部が今は上手く歯車が噛み合って、楽しく物事が進んでいる時期だから、やっぱりこれを続けていくなかでは、やっぱりコントロールとかすることが必要だと思うし、そこは自分で頑張っていかなければならぬところだなあ、自分で思います。」
③《《上手くいってないと思うときはありますか。》	「先言った3つが偏ったりしていると、どっちか1つが偏ったりしていると、やっぱりそれを埋めようとする。例えば勉強がおこったりしたと思ったら、勉強をもっとしよう、あげていかなければと思って。勉強に集中すると、他の方がおろそかになったり。バランスを保つのが難しいけど、でもそれが上手く均等にしている時が一番楽しいと思います。」
④《《そのためには頑張る。頑張っていくのは、コントロールしなければならないところがたくさんあると思いますか。》	「はい。やっぱり、例えば友だち関係とかの場合だったら、自分の気持ちをちゃんと人に伝えていくこともしなければいけないし、かといって、自分の気持ちばかりで、人の意見とか聞かずに自分の意見ばかり言うのも変だから、そこはやっぱり、平等にやっていかなければいけないと思います。」
⑤《《その中で一番重要なのは何だと思いますか。》	「周りを見るということかなあー。なんか、やっぱり自分ばかり見ていると、その周りにどう合わせていくのかというのが分からなくなっちゃうから、周りをきちんと見ていると、例えば、友だちは悲しいことがあったのに、自分だけそれを気付かないような、なくさめてあげられような言葉をかけちゃうと、もっと友だちがいいやな気持ちになるから、ちゃんと周りの状況を把握するのが一番大事だと思います。」

Table 7 インタビュー調査の回答 (Fさん)

質問者 (面接者)	回答者 (調査対象者)
1. 「コントロールできないこと」について	
①《学校生活の中で、自分としてコントロールできてないと思う時はどういう時ですか。》	「授業中に友だちとしゃべりたいと思ってそのまましゃべっちゃう時があるんですけど。」
②《その時、どうしますか。》	「その時は、ある程度切りがついたら、また授業に集中したりとか、友だちが話しかけてきた時は、「やめよう」とかとみたいな感じで言ったりしています。」
③《自分でコントロールができてないのはなぜだと思いますか。》	「自分の嫌いな教科とかになると、やっぱりやりたくなくなっちゃったりとかして。」
④《コントロールできてない時に、自分としてはどうしますか。》	「自分では、「やめよう」とは思います。」
2. 「コントロールできること」について	
①《学校生活の中で、自分としてコントロールできていると思う時はどういう時ですか。》	「例えば、体育の授業とかで、自分のあまり好きじゃないこととかする時に、やらないということはできないんで、それは積極的にやっているとします。」
②《それはなぜだと思いますか。》	「体育が好きなので、それもあると思いますが、「やらなければいけない」とのもあると思います。」
③《その時にはどのように自分をコントロールしていきますか。》	「その時は、そのことにたいして、好きになろうとするようにしています。友だちとか、自分とあまり関わりのない人としゃべる時もあるんですけど、あまり仲良くないのに、でも仲良くしたいという気持ちはありますので、しゃべります。」
④《そのようにするためには、自分として、どのような工夫とかしていますか。》	「友だちの友だちとかの時は、その友だちにその人の好きなこととか聞いて、そんなことについてしゃべってみたりして、あと、自分の好きなこととかしゃべったりしてはいます。」
⑤《自分がそのようにできるのはなぜだと思いますか。》	「いろんな人と友だちになりたいという気持ちがあるからだと思います。」
⑥《いろんな人と友だちになりたいのはなぜですか。》	「少しでも学校生活を楽しみたいだから。私にとっては、友だちがたくさんいたほうが安心だと思うので。」
②《もっと詳しく言えば、どんな場合ですか。》	「勉強するときは勉強して、休みの時は、友だちと遊びとかして、その切り替えをするという時です。」
③《それはなぜだとおもいますか。》	「自分が授業中に遊んで楽しくても、それは自分のためになってないと思うし、だから、授業の時はちゃんと勉強して、休みの時は友達と遊ぶとする、そういうちゃんと切り替えをしようとする、そういう気持ちが自分の中にはあると思います。」
④《上手く過すためには、どのような努力とか工夫をしていますか。》	「自分一人でそういうことはできないで、そういうところは友だちとちゃんと行って、そういうふうにはしています。」

た、セルフ・コントロールにおける質的差異が示された。今後、これについてさらなる検討を行う必要があると考える。

今回のインタビュー調査では、学校場面において、「コントロールできないこと」と「コントロールできる」ことについて尋ねた。コントロールに対する考え方は、学年によって違いがあると考えられる。3年生のコントロールに対する考え方は1年生と2年生とは違いがあることが示唆された。1年生と2年生は、深く、先のこと考えずに、いわば、「分かりやすい楽しさ(Aさん)」のため、自分の感情、行動をコントロールする。しかし、3年生は、目の前のことより将来のことを考え(Eさん)、コントロールする。3年生になると、自分なりの一定の価値観が形成されたため、その価値観で判断し、行動することが多い。Fさんは、「自分が授業中に遊んで楽しくても、それは自分のためになってないと思うし、だから、授業の時はちゃんと勉強して、

休みの時は友だちと遊ぶとする、そういうちゃんと切り替えをしようとする、そういう気持ちが自分の中にはあると思います」。1年生と2年生のコントロールは杉若(2003)が指摘した調整型セルフ・コントロールと同様だと考えられる。3年生のコントロールは杉若(2003)が指摘した改良型セルフ・コントロールと同様だと考えられる。

今回のインタビュー調査を通して、中学生(1年から3年まで)のセルフ・コントロールには、何らかの目的を達成するためであることが示された。たとえば、テストでよい成績をとるために遊ばずに頑張ること、学校生活をうまく、楽しく過ごすため、友だちとお互い尊敬しながら、自分と相手を平等にすること、自分が授業中に遊んで楽しくてもそれは自分のためになってないと思い、授業の時はちゃんと勉強して、休みの時は友だちと遊ぶという切り替えをする気持ちを持つこと、学校生活の勉強、友人

関係などの要素のバランスをとるために、自分の感情や行動をコントロールすること、などである。このように①自分なりの基準を自分で設定すること、②自分のことだけでなく、なすべきこと、責任や友人のことも考えること、③今だけでなく、将来のことも考えられることが、中学校3年間の間にセルフ・コントロールの自己基準としてできるようになることが明らかになった。

今後の課題

今後、中学生の特徴として示されたセルフ・コントロールの質的内的な側面についてさらに検討を行う必要がある。面接調査を通して、中学生のセルフ・コントロールの仕方には情緒的コントロールと理性的コントロールがあることがわかった。今回の調査では、男子生徒には理性的セルフ・コントロールの傾向、女子生徒には情緒的セルフ・コントロールの傾向が示された。これは今回の研究で偶然だった可能性も考えられ、今後は、中学生の理性的コントロールと情緒的コントロールについてさらなる検討を行うと同時に、セルフ・コントロールのもっと内的な研究を行う必要があると考える。

引用・参考文献

- Alice W. Pope / Susan M. McHale / W. Edward Craighead (1988). *Self-esteem Enhancement With Children And Adolescents*, (高山巖 訳 (1992). 自尊心の発達と認知行動療法—子どもの自信・自立・自主性をたかめる— 岩崎学術出版社)
- 石津憲一郎・安保英勇 (2008). 中学生の過剰適応傾向が学校適応感とストレスに与える影響 教育心理学研究, **56**, 23-31.
- 石田勢津子 (1995). 自己認識の育ち 児童の心理学—ベーシック現代心理学 3 第7章 有斐閣
- 江川玟成 (2002). 『子どもの発達課題と教育』 多田俊文編著 p.104
- 文部科学省 (2008). 小学校学習指導要領 総

則 (編) 東洋館出版

- 小保方晶子・無藤 隆 (2005). 中学生の非行傾向行為について逸脱した友人の存在の有無による検討, お茶の水女子大学紀要, 75-80.
- 崔 玉芬 (2009). 学校場面における中学生のセルフ・コントロールに関する研究 筑波大学修士論文
- 庄司一子 (1996). 幼児・児童の self-control の発達とその規定要因に関する研究 風間書房
- 杉若弘子 (2003). セルフ・コントロールの実験 臨床心理学 風間書房
- 塚本真紀 (2004). 行為のプランニングとその実行過程に関する検討 尾道大学 芸術文化学部紀要, **3**, 57-62.

本研究のインタビュー調査の詳しい内容は、崔 (2009) 筑波大学人間総合科学研究科教育学専攻の修士論文の資料として記述されている。

A Study on Self-control of Junior High School Students at School

Yufen CUI
Ichiko SHOJI

The focus of this study is on the analysis of self-control of junior high school students at school. Existent studies pointed out that self-control has an influence on not only adaptability at school but also delinquency and social skill. However, there are few studies based on self-control of junior high school students. This study is based on the analysis of a survey of 365 students at junior high school. In part 1, I will discuss the concepts about self-control of junior high school students at school by using criteria of self-control of junior high school students at school. In “Promotion in Study”, first-year students are significantly high than second-year students; in “Promotion in Activity”, first-year students are significantly high than second-year and third-year students; in “Promotion in Human Relations”, first-year students are significantly high than third-year students; in “Restraint in School Rules”, there is no significant difference. In part 2, though an interview with 6 students at junior high school, I have found that self-control of junior high school students is set based on i) their own standards by themselves; ii) considerations for not only themselves but also others; iii) considerations about not only now but also future. At last, I will discuss that there are two kinds of self-control of junior high school students: rational and emotional.