

第6章

総合的考察

第6章では、本研究を振り返り、その意義や学問的・実践的貢献についてまとめる。具体的には、第1節で、学校生活スキル尺度（中学生版）の開発、学校生活スキルとその他心理学的変数との関連、学校生活スキルに焦点を当てたスキルトレーニングの実践について得られた結果をまとめる。第2節では、本研究の結果について、学校心理学の枠組みで中学生の学校生活スキルをとらえることの意義と中学生の学校生活スキルの定義の再検討という2点に焦点を当てて議論する。第3節では、本研究の学校心理学における学問上の貢献と心理教育的援助サービスにおける実践上の貢献を述べる。第4節では、本研究の限界と研究上の課題について述べる。

第1節 本研究のまとめ

1. 中学生の学校生活スキルを測定する尺度の開発

研究1～研究3で中学生の学校生活スキルの個人差を測定する尺度を開発した。研究1で欧米で行われたスキル尺度開発に関する研究について文献研究を行い、学校生活スキルの枠組みを用いて中学生の学校生活スキルをとらえる妥当性について確認した。研究2において LSDS-B (Darden et al., 1996) を参考にすると同時に、日本の中学生・中学校教師を対象に調査を実施したことで、内容的妥当性の高い学校生活スキル尺度のための項目が収集・選定された。研究3では研究2で収集・選定された項目を基に学校生活スキル尺度(中学生版)を開発し、その信頼性・妥当性を検討した。まず学校生活スキル尺度(中学生版)を因子分析した結果、自分で行う学習に関する項目からなる『自己学習スキル』、進路決定に必要な意思決定スキルや問題解決スキルからなる『進路決定スキル』、集団活動やグループ学習のとき必要となるスキルに関する項目からなる『集団活動スキル』、健康維持や健康面の相談に関する項目からなる『健康維持スキル』、同年代の友人や異性とのコミュニケーションに関する項目からなる『同輩とのコミュニケーションスキル』という5つの下位尺度からなっていることが明らかになった。次に、学校生活スキル尺度(中学生版)の再テスト信頼性・内的一貫性を検討した結果、高い信頼性が確認された。そして、学校生活スキル尺度の各下位尺度と関連が予測される他の測度との関連を検討した結果、健康維持スキルを除く下位尺度では関連が予測された他の測度と中程度の相関関係が示され、構成概念妥当性が支持された。追加調査を行い、健康維持スキルと健康統制所在尺度との関連を検討した結果、中程度の相関関係が示され、健

健康維持スキルにおいても妥当性が確認された。この結果から、学校生活スキルの各下位尺度はある程度の信頼性・妥当性を有していることが示された。学校生活スキル尺度（中学生版）が作成され、ある程度の信頼性・妥当性を有していることが確認されたことから、中学生のスキルを包括的にとらえることが可能となった。

2. 学校生活スキルとその他心理学的変数との関連

研究4～研究7において学校生活スキルが中学生の学校での生活状況を表す心理学的変数に与える影響について検討した。研究4では、学校生活スキルが自己評価（自尊感情・自己効力感）に与える影響について検討し、自己評価には同輩とのコミュニケーションスキルの影響が強いことが明らかになった。研究5では、学校生活スキルが学業成績に与える影響について検討し、学業成績には自己学習スキル（特に学習習慣の維持に関わるスキル）の影響が強いことが明らかになった。また学校生活スキルが学業成績に与える影響は、教科の特色によっても異なることが示された。研究6では、学校生活スキルが学校ストレスに与える影響について検討し、学校生活スキルはストレスの認知・コーピング・ストレス反応の各段階に特定の影響を与えることが示された。コーピングで重要となるスキルは、進路決定スキルと同輩とのコミュニケーションスキルであった。ストレス反応の予防に特に重要となるのは健康維持スキルであった。学校生活スキルからストレス反応への影響には、ストレス反応への直接的影響と、学校生活スキル→コーピング→ストレス反応という間接的な影響があることが示された。研究7では、学校生活スキルが学校適応・問題傾向に与える影響について検討した。学校適応への影響では、各学校生活スキルが対応する学校適応に影響を与えている

ことが示された(例、自己学習スキル→学習面の適応)。問題傾向への影響について、不登校・学校嫌い傾向では集団活動スキルを除く4つの学校生活スキルが影響を与えていた。ひきこもり・非社交性傾向では同輩とのコミュニケーションスキルの影響が強いことが示された。反社会傾向では、自己学習スキル・集団活動スキルという学校特有の課題に必要とされるスキルの影響が示された。

各研究で得られた結果から、各学校生活スキルの機能・役割について以下のことが明らかになった。まず『自己学習スキル』は、学業成績を予測し、問題傾向の予防に役立つスキルである。次に、『進路決定スキル』は、自己効力感や進路面の適応に肯定的な影響を及ぼすスキルであると同時に、ストレス反応・問題傾向を高める危険性のあるスキルである。

『集団活動スキル』は、特に学校特有の課題に取り組むためのスキルからなっているため、学校における適応に強い影響力を持つスキルである。

『健康維持スキル』は、ストレス反応を予防し、学校適応の基盤となるスキルである。最後に、『同輩とのコミュニケーションスキル』は、肯定的な自己評価の基盤となるスキルであり、不登校・学校嫌い傾向、ひきこもり・非社交性傾向の予防に役立つスキルである。

各学校生活スキルは生徒の学校適応の促進や問題傾向の予防に特定の役割を担っており、スキルトレーニングを実施して学校生活スキルを高める意義が示された。

3. 中学校で行うスキルトレーニングプログラムの開発と実践

研究8・研究9では学校生活スキルの中からターゲットスキルを選びスキルトレーニングプログラムを作成・実践した。研究8ではプログラムの作成方法、プログラムの効果の測定方法、スキルトレーニングの進

行における留意点，スキルトレーニングのターゲットスキルのレベルについて示唆を得ることを目的に，小集団を対象に意思決定スキルに焦点を当てたスキルトレーニングを実施した。プログラムの作成方法について，プログラムが生徒に肯定的に受けとめられていたこととターゲットスキルがある程度学習されたことが示されたことから，今回用いたプログラムの作成方法が支持された。効果の測定方法について，学校生活スキル尺度は生徒の自己のスキルの認知の変化を測定し，スキルテストは行動面の変化に関する情報を提供していることから，セットで相補的に活用することが望ましいことが示唆された。トレーニングの進行上の留意点について，生徒はトレーニング中に Goldstein et al.(1987)が分類した抵抗も含め様々な反応を示すこと，またトレーニング中に生徒が示す反応によって学習効果が異なることが示唆された。トレーニング前の段階で生徒の動機づけのレベルや心理・情緒面の安定度に関する情報を集めておく必要性が示唆された。最後に，スキルテストの結果とトレーナーの感想から，スキルトレーニングのターゲット行動は，焦点を1つの行動にしぼった方が効果的であることが示された。

研究9では，学級集団を対象としたスキルトレーニングの作成方法，プログラムの効果の測定方法，スキルトレーニングの進行における留意点，ターゲットスキルと関連する心理学的変数への影響について示唆を得ることを目的に，学級集団を対象にストレス対処スキルに焦点を当てたスキルトレーニングを実施した。プログラムの作成方法について，生徒の自由記述において，集団活動が楽しかったという内容と学習内容がわかりやすかった・役にたったという内容が得られたことから，コーチング法とグループ活動の技法を組み合わせたプログラムが支持された。プログラムの効果の測定方法について，各測定方法は効果を測定する上

で異なる役割を担っており、組み合わせで実施することが望ましいことが示された。特に行動観察は treatment integrity(Gresham & Cohen, 1993)を検討する上で貴重な資料を提供することが示された。最後に、今回のターゲットスキルと関連が予測されたストレス反応尺度の得点には変化がみられなかったことから、ターゲットスキルの般化・維持効果とともに関連する心理学的変数の測定も長期的に検討する必要があることが示唆された。

第2節 討論

1. 学校心理学の枠組みで中学生の学校生活スキルをとらえる意義

中学生の学校生活スキルの領域について、中学生のスキルは自己学習スキル、進路決定スキル、集団活動スキル、健康維持スキル、同輩とのコミュニケーションスキルの5因子から成っていることが明らかになった。これは学校生活スキル尺度の項目が石隈（1999）によって述べられている、学校心理学の援助対象としての学習面・社会面・進路面・健康面と概ね対応する領域に分類されたと言え、学校心理学の枠組みを支持する結果と言える。

それと同時に、社会面が集団活動スキルと同輩とのコミュニケーションスキルの2因子に分かれたことは、中学生にとって集団で活動する上で必要なスキルと、主にコミュニケーションを手段とする友人や異性との関係に必要なスキルが異なることを示唆している。また学習面のスキルのうち、授業でのグループ学習の項目が集団活動スキルに入ったことは、社会面と同様に学習面にも自己学習と集団学習の2つの側面があることが示唆されている。また、健康維持スキルに社会面のスキル項目と想定していた教師や両親との関係が含まれたことについて、中学生になると心身症傾向の生徒が増加し、身体の問題を通して大人に相談することが多くなるという傾向と関連している可能性が示唆された。

このように学校生活スキルの分類が学校心理学の援助領域の枠組みと異なっていたことについて、学校心理学の援助領域の枠組みと学校生活スキルの枠組みは異なる次元で分類されていると考えることができるのではないだろうか。言い換えると、学校心理学の援助領域の枠組みは援助者側が生徒を援助するために生徒が主に困難を示しやすい側面で分類

されているが、学校生活スキルの分類は中学生が様々な領域の課題に取り組む上で必要とするスキルの機能によって分類されていると考えられる。本研究では学校生活スキルを分類する最初の試みとして大きく5つの因子に分類したが、生徒にとっての機能という視点から考えると、学校生活スキルをより細分化した方が援助に関する多くの示唆が得られることも考えられる。このことに関しては、今後の課題としたい。

2. 中学生の学校生活スキルの定義の検討

本研究は学校生活スキルを WHO(1994)のライフスキルの定義、庄司(1991)の社会的スキルの定義、および学校心理学の枠組み(石隈,1999)を参考に、「①学習される、②学習面、社会面、進路面、健康面の領域で、中学生が抱える発達課題の解決を促進する、③学校適応において個人の目標達成に有効である、④学校という場面で受け容れられる、⑤学校で教育できる行動」と定義した上で研究してきた。本研究はそのように概念的に定義された学校生活スキルを、研究によって確認してきたと考えることができる。まず学校生活スキル尺度の作成に関する研究では、学校生活スキルとは何か(具体的にどのような行動が含まれるのか)を調査研究によって明らかにした。そして、学校生活スキルとその他心理学的変数の関連の検討についての研究では、定義の②③④について、学校生活スキルが生徒の自己評価・学業成績・学校適応の促進や、ストレス反応・問題傾向の予防に役立つかについて検討してきた。そして最後に、スキルトレーニングの実践研究によって、学校生活スキルは学校現場で行われるスキルトレーニングによって学習可能か、学校で教育できるのかを検討したと考えることができる。本研究で行われた研究の結果によって、学校生活スキルの定義が実証的に支持されたと言える。

第3節 本研究の貢献

1. 学校心理学への学問上の貢献

本研究の学校心理学への学問上の貢献を2点述べる。第1に、今回の調査で明らかにされた中学生の学校生活スキルの構造が、学校心理学の枠組みと概ね対応する形で分類されたことは、学校心理学の援助領域の枠組みを支持する結果である。石隈（1999）が提唱する学習面、心理・社会面、進路面、健康面という学校心理学の枠組みは、既に生徒の援助ニーズを把握する枠組み（石隈・小野瀬，1997）と、学校という環境との折り合いを本人がどのように感じているかという学校適応を測定する枠組み（水野他，2002）として妥当であることが示されている。本研究で中学生の学校生活スキルを測定する枠組みとしても学校心理学の枠組みが利用可能であることが示され、枠組みの妥当性は強く支持された。

第2に、学校心理学では生徒の学習面、心理・社会面、進路面、健康面における三段階の心理教育的援助サービスを提供するという枠組みがあり、そのための具体的な援助方法として心理教育的アセスメント、カウンセリング、教師・保護者・学校組織へのコンサルテーション、コーディネーションなどがある（石隈，1999）。本研究で学校生活スキルに焦点を当てたスキルトレーニングという援助方法が作成されある程度の効果を示されたことから、学校生活スキルに焦点を当てたスキルトレーニングが学校心理学の援助方法として新たに1つ加わったことになる。その点で、本研究は学校心理学に基づく心理教育的援助サービスに1つの援助の方法論を提供するものである。

2. 心理教育的援助サービスへの実践上の貢献

本研究の心理教育的援助サービスへの実践上の貢献を4点述べる。第1に、本研究で作成され信頼性・妥当性が確認された学校生活スキル尺度（中学生版）は今後様々な形で学校における心理教育的援助サービスに利用できる。例えば、学期の始めに生徒のスキルの状態を把握してスキルトレーニングの計画・実践に役立てたり、生徒が自分の行動を見直すためのチェックリストとして活用することができる。また、各下位尺度で信頼性・妥当性が確認されていることから、スキルトレーニングの事前事後にターゲットスキルを含む下位尺度のみを実施することも可能である。また各生徒の5つの学校生活スキルのパターンを包括的にとらえることも可能である。

第2に、中学生のスキルの構造について、社会面のスキルが集団活動スキルと同輩とのコミュニケーションスキルの2つの側面に、学習面が自己学習スキルと集団活動スキルの2つの側面に分かれたことは、教育現場に還元できる情報を提供するものである。まず、社会面のスキルが、集団活動におけるスキルと対人間コミュニケーションと2つの側面を有するという今回の結果は、予防的・促進的援助サービスの計画・実践において集団活動のスキルと個人のコミュニケーションスキルそれぞれに働きかけるプログラムが必要であることを示している。また、学習面のスキルが自己学習スキルと集団活動スキルの2つの側面を有するという結果は、集団活動スキルを要求する活動が増加する可能性のある総合的学習を行うときの留意点を示唆している。つまり従来の学習スタイルで適応していた生徒の中で集団活動スキルが低い生徒にとっては、集団活動に適応しながら学習するという学習場面での新たな課題が加わることは新たな問題を引き起こす可能性がある。教師はクラスの生徒の中の集団活動スキルが低い生徒を事前に把握し、総合的学習の時間には必要に

応じて特別な援助を提供していくことが望まれる。

第3に、学校生活スキルが心理学的変数に与える影響を検討したことで、生徒の自己評価・学業成績の向上・学校適応の促進、ストレス反応・問題傾向の予防のための心理教育的援助サービスのための計画・実践における焦点に関する情報が得られた。例えば、学校を休みがちになっている生徒についての心理教育的援助サービスでは、自己学習スキル、健康維持スキル、コミュニケーションスキルで苦戦している面がないかどうか、また進路のことを考えたり取り組んで不安になっている面がないかどうかといったことを考慮することが考えられる。一方、ゲームセンターに出入りしたり夜間外出などが増えてきている生徒であれば、自己学習スキルと集団活動スキルで苦戦している面がないかどうか考慮することが考えられる。

第4に、「意思決定スキルに焦点を当てたスキルトレーニング」「ストレス対処スキルに焦点を当てたスキルトレーニング」という2つのスキルトレーニングプログラムが開発され生徒の反応が肯定的であったこと、および生徒のターゲットスキルの変化が示されたことから、今後これらのプログラムを学校場面で利用していくことができると考える。また、今回のスキルトレーニングの実践を通して得られたスキルトレーニングプログラムの作成方法に関する示唆を基に、クラスの雰囲気や各生徒の援助ニーズに応じて、学校生活スキルの中からターゲットスキルを選定し、各学級に合ったスキルトレーニングプログラムを作成することも可能である。

第4節 本研究の限界と研究上の課題

本研究の限界と研究上の課題について、スキル尺度の作成、その他心理学的変数との関連、スキルトレーニングの実践それぞれについて述べていく。

まず、中学生の学校生活スキルを測定する試みにおける限界と課題について、学校生活スキル尺度の因子分析の累積寄与率が低いことや心理面の適応や健康面の適応の決定係数が低いことは、中学生が学校生活で必要となるスキルを5つの因子で議論することの限界を意味していると思われる。心理面の適応や健康面の適応には、心理・情緒面の影響が強いことが指摘されている（Gresham, 1996）。今後は、心理・情緒面の影響についても検討していく必要がある。

次に、学校生活スキルとその他心理学的変数に与える影響における限界と課題について2点述べる。第1に、本研究では学校生活スキルが心理学的変数に与える影響に注目したため、説明変数は学校生活スキルのみを用いている。そのために、いくつかの心理学的変数において決定係数が非常に低い結果となった。特定の心理学的変数（例、不登校傾向、反社会傾向）を説明するためには、学校生活スキル以外にも関連が予測される変数を説明変数に加えモデルを作成する必要がある。今後、モデル構築の研究の中で、学校生活スキルがその他の要因とどう関連しあい特定の心理学的変数に影響を与えるのかを検討していきたい。第2に、自己評価・学校適応・問題傾向という本研究で検討した心理学的変数はいずれも自己評定尺度によって測定されている。不登校・学校嫌い傾向やひきこもり・非社交性傾向といった問題傾向を、出席状況や遅刻・早退数など客観的な指標を用いて検討する必要がある。

最後に、学校生活スキルに焦点を当てたスキルトレーニングプログラムの開発・実践における今後の課題について2点述べる。

第1に、研究8・研究9で共通してスキルトレーニングの際の個別の配慮の必要性が示された。望ましい配慮の仕方については各生徒が示す反応・抵抗によって異なることが予測される。例えば、Goldstein et al. (1987)が分類した抵抗の中で、『認知的不足・情緒的障害』に分類される抵抗であれば、その生徒が苦戦している部分を個別の配慮を担当している教師がマンツーマンについて補助していくことが望まれるかもしれない。また、『攻撃性』に分類される抵抗であれば、衝動性のコントロールや集団活動に参加するためのルールに関する訓練をスキルトレーニング外で個別に実施することが考えられる。スキルトレーニング中またはスキルトレーニングの外での個別の配慮の仕方や、事前に集めておくことが望ましい情報についての研究が今後必要である。

第2に、本研究ではトレーニング前の動機づけのレベルやターゲットスキルの遂行で困っている程度によってスキルトレーニングの効果が異なることが示された。このことは、各生徒が学習したい・身につけたいと思っているスキルにタイムリーに働きかける重要性を示している。生徒が学習したいと思うスキルは今現在自分が困っている問題や発達段階によって異なるため、各生徒に適した訓練内容やプログラムの開発が必要となる。多様なプログラムを開発し、生徒が自分が望むスキルトレーニングを選び参加するような学校全体のプログラム作りができると最も効果的であると考えられる。アメリカの教育現場で言われている消費者（生徒）が自分が欲しい品物（援助サービス）を選べるといったような「ショッピング・モール」的発想が望まれているのかもしれない（Powell, Farrar, & Cohen, 1985）。