

問題と目的

近年日本では、こころの健康や幸福度が問題となっている。日本は先進国の中でも幸福度が低いことが明らかになっており、自殺願望を持つ者も少なくない。日本人の主観的幸福感を高めることは、今後も我が国の課題であるといえる。主観的幸福感とは、学習に対する動機づけの自律性が高いほど向上するといわれている。また、動機づけ傾向は、親から受けた養育態度から影響を受けると考えられる。

そこで本研究では、主観的幸福感に影響を与える要因として、過去に主な養育者から受けた養育態度に着目して検討を行う。養育態度は、先行研究に倣い、愛情や受容を認知する養護的養育態度と、統制や盲従を認知する過保護的養育態度に分け、養護得点と過保護得点の交互作用も検討することとした。また、養育態度と主観的幸福感を媒介する変数として、動機づけ傾向のパーソナリティ特性である因果律志向性（自律志向性・コントロール志向性・無動機づけ志向性）を想定し、その関連を検討する。

方法

2021年7月から9月にかけて、大学生の男女102名を対象に、Googleフォームを利用した質問紙調査を実施した。質問項目には、中高生時に認知した養育態度、現在の因果律志向性、現在の主観的幸福感を尋ねる3尺度を使用した。

結果と考察

養護的養育態度と過保護的養育態度を説明変数、自律志向性、コントロール志向性、無動機づけ志向性をそれぞれ目的変数とする重回帰分析の結果、中高生時に養護的養育態度を認知している青年は、無動機づけ志向性が低くなることが明らかになった。なお、養護的養育態度と過保護的養育態度との間の交互作用効果はみられなかった。また、過保護的養育態度から動機づけ傾向への影響は確認されなかった。さらに、自律志向性、コントロール志向性、無動機づけ志向性を説明変数、主観的幸福感を目的変数とする重回帰分析の結果、無動機づけ志向性は、主観的幸福感に負の影響を与えることが示された。自律志向性、コントロール志向性については、主観的幸福感への影響がみられなかった。そこで、養護的養育態度と主観的幸福感の間に無動機づけ志向性を想定する媒介分析を実施したところ、養護的養育態度から主観的幸福感への直接効果と、無動機づけ志向性を媒介する媒介効果の両方が確認された。

研究結果より、愛情や受容を感じるような養育態度で子どもを育てることは、子どもが青年期になったときの無気力感の抑制を部分媒介し、主観的幸福感を高めることが明らかになった。今後は、養育者が養護的養育態度を取れるような介入を検討する必要がある。養育態度は世代間伝達するといわれている。子どもの主観的幸福感を高める養育態度を支援していけば、世代を超えてより多くの人々の主観的幸福感を高めることにもつながるであろう。

計画的休学という選択

—「やりたいこと志向」からみるキャリア像—

問題と目的

現代の若者の中には休学制度を利用して、一度足を止めて自身の将来を見つめ直す機会を得ることでキャリア展望を形成する学生も増えてきている。アクトハウス編集部（2015）によると、計画的休学は「社会デビュー前の最重要修行期間」として効果を発揮し、大学生活や社会人生活では得ることのできない「純粋な修行期間」「意義ある迷走期間」として指摘されている。しかし、休学者の数は増加傾向にあるものの、全体の母数から見た際に休学を選ぶ者はまだまだメジャーではなくマイノリティ側に属する。したがって、経済的・身体的以外の理由で休学する者は、休学期間で、やりたいことをいかにして今後のキャリア選択に繋げられるかを明確にすることが求められる。

本研究では、大学在学中にやりたいことのために休学を選択した計画的休学者が休学期間を経てキャリア展望にどのような変化を与えたのかを探ることを目的とする。

方法

本研究では、計画的休学経験者を対象とし、大学4年生4名と卒業生1名の計5名にインタビュー調査を実施した。質問項目は、休学中の活動内容、休学中の活動が復学後自身にどのような利益を与えたか、休学前・休学中の不安とその後の不安、復学後の進路・キャリア展望の変化などを状況に応じて柔軟に回答を求めた。インタビュー内容は録音し、逐語に起こした上で分析を行った。

結果と考察

分析の結果から、やりたいことを達成するため休学を選択した多くの対象者はやりたいことを達成することができた。そのため、対象者が休学前に予想していた通り、休学期間の目的意識がやりたいことへの取り組みを促進させるはたらきがあったことが示された。また多くの対象者が、休学期間を自身のキャリアビジョンを見据える時間として価値があると考えていたことが明らかとなった。対象者の休学をすることで生じる様々な変化に不安があったかについての質問では、対象者全員が、休学で一年やりたいことができるとポジティブで前向きな感情を持っていた。一方で、同級生が働き出しても自分はまだ学生でいるのが嫌だという感情など、自分が周りと一緒にのルールから外れてしまうことに対する不安を休学する前から持っていたことが示された。

研究結果から、休学という期間を経て対象者のやりたいことが明確化され、対象者が休学前より具体的に将来のキャリアに向けた活動を行うことが明らかとなった。また、休学期間が休学者にとってキャリア展望を固める上で大きな体験となり、大学に通うだけでは出会えない価値観を与える時間であったことが明らかとなったことから、この研究が今後休学を検討する若者への支援の一助となると考えられる。

帰国子女の学校適応過程

—友人関係と学習環境に着目して—

問題と目的

現在帰国子女に対し、「帰国子女教育」という様々な対策が教育機関や地域、国の各レベルで講じられてきた（江淵，1988）。この帰国子女教育で受け入れ制度や、機関の整備が広まったことで、問題点も顕在化してきた。

そのような問題の1つとして、不適応の問題がある。この問題は、明らかにされていない要素が多いだけでなく、精神的健康を阻害することが示唆されている（田端・向井・宮崎・池上，2012）。その中でも適応過程に着目する研究は少ない。また適応過程を検証するにあたり、教育心理学領域では、児童や生徒の学校適応に友人関係と学習環境が強い影響を及ぼすことが示されてきたことから、本研究でもその2つに着目する。これらのことから本研究の目的は、学習環境と友人関係に着目し、帰国子女の適応過程についてインタビューを通して知ることとする。

方法

調査は、2年以上海外に滞在していた、平均年齢 21.3 歳の女性 6 名を対象とし、インタビューを Zoom にて 2021 年 8 月に実施した。質問内容は、海外での学校生活と日本の学校生活について把握するための質問、対人関係での問題や適応方法、学習環境に対しての問題や適応方法で構成された。

結果と考察

対象者の発話をもとに帰国子女の適応のプロセスを検討した結果、適応には周りの環境と、その環境に対する対象者の考え方が大きく作用していることが判明した。周りの環境とは、一緒に授業を受ける友人や、助けてくれる人、さらに教員や家族を指す。友人関係については、周りに積極的に助けを求められる環境だと認知し、その助けを対象者が受け入れることで、問題を解決する対象者が多くいた。また学習環境についても、誰かに助けてもらったり、他者に影響を受け自ら意欲的に学習する対象者がいた。上記のように、不適応の要因のみならず、適応のために帰国子女が何を必要とし、どのような支援によって適応できるのかを示すことができたことは、新たな知見といえる。

さらに、海外と日本の学習環境を比較した結果、自分を表現する機会が日本の授業には乏しいと考えていること、さらに発言方法の違いを感じている対象者がいたことが判明した。特に発言については、誤答をすることに対する考えが日本では厳しく、そのため発言しにくいと考えていた。そのため、教師は誤答に対する返答の仕方に留意する必要があることが判明した。このように、実際に授業内で気を付けるべき点がわかったことは、実践的な意義といえる。

妬みに関するメタ認知的信念が妬み経験後の対処行動と精神的健康に与える影響

問題と目的

人生において、受験場面や就職活動場面など、妬みを経験しうる場面は多くある。妬みは、モチベーションの低下や、自己嫌悪の高まりなどネガティブな気持ちを引き起こすことがあるだろう。一方で、妬みをバネに努力するなどといったように、妬みが成長を促すなどのポジティブな側面も存在すると考えられる。このように、妬みには2面性があることを考慮すると、妬みに対するイメージや捉え方には個人差が存在すると考えられる。

そこで、本研究では妬みに対するイメージを「妬みに関するメタ認知的信念」と呼び、精神的健康や妬み経験後の対処行動との関連について検討することで、妬みに関するメタ認知的信念の重要性を示す。

方法

予備調査は、2021年4月に大学生の男女68名を対象とし、Googleフォームにて実施した。質問項目は最も妬みを感じた際の状況に関する項目や、妬みが出来事の結果にどのような良い影響と悪い影響を与えると考えられるのか自由記述で尋ねる項目で構成された。予備調査で得られた結果をもとに、妬みに関するメタ認知的信念尺度の原案の作成を行った。本調査は、2021年8~9月に大学生の男女131名を対象とし、Googleフォームにて実施した。質問項目は、妬みに関するメタ認知的信念、妬み経験後の対処行動、精神的健康、妬み感情の受容困難さ、積極的な行動を尋ねる項目で構成された。

結果と考察

予備調査をもとに妬みに関するメタ認知的信念尺度を作成した結果、妬みに関するメタ認知的信念は、ポジティブなメタ認知的信念とモチベーションの低下、関係性の悪化の3因子構造であることが示された。独立変数を妬みに関するメタ認知的信念、従属変数を精神的健康とした重回帰分析を行った。その結果、モチベーションの低下は、精神的健康に悪影響を及ぼすことが明らかになった。妬みに対してモチベーションの低下のようなネガティブなイメージを持っていることで、妬みを感じた際に抑制しようとしたり、嫌悪感が生まれやすくなるために精神的健康に悪影響を及ぼす可能性が示唆された。更に、独立変数を妬みに関するメタ認知的信念、従属変数を妬み経験後の対処行動とした重回帰分析を行った。その結果、妬みに関するポジティブなメタ認知的信念を持っていることで、妬みを経験した際に、問題焦点型の対処行動を選択することが明らかになった。妬みをポジティブに捉えることで、その状況を解決しようとする行動することが示唆された。

研究結果より、妬みに関するメタ認知的信念が精神的健康や妬み経験後の対処行動に影響を与えることが明らかになった。このことから、妬みに関するメタ認知的信念を変えることによって、精神的健康や対処行動の変容につながることが考えられる。したがって、精神的健康や対処行動の選択の変容を行う際には、妬みに関するメタ認知的信念にも注目して支援する必要性が示唆された。

「よい子」は保護者に相談するのか

一小学生における援助要請の利益・コストの予期に着目して一

問題と目的

「よい子」は子どもの中でも模範的な存在である。周囲の人々から評価され何も問題のない適応的な子どもであるように見えるだろう。しかし、実際彼（女）らは大人の理想の子ども像を演じているにすぎず、それによってストレスを抱え精神的不健康に陥ることもあるという。他者に相談することは悩みの対処方略の1つであるが、他者の気持ちに敏感な「よい子」は相手に配慮し援助要請を避ける可能性がある。「よい子」であるがゆえに悩みを抱え、更にその悩みを相談できず精神的不健康に陥っている可能性が考えられる。

本研究では、小学校高学年の児童の自己抑制型行動特性（よい子傾向）と保護者への援助要請意図の関連性を明らかにすることを目的とし予備調査と本調査を実施する。予備調査では、保護者に対する援助要請実行の利益・コストの予期尺度で使用する項目を収集する。本調査では、保護者に対する援助要請実行の利益・コストの予期尺度の作成と自己抑制型行動特性、援助要請実行の利益・コストの予期、援助要請意図の関連を検討する。

方法

予備調査は、2021年3月に大学生の男女57名を対象とし、Googleフォームにて実施した。質問項目は小中学生時の保護者に対する援助要請経験の有無と頻度に関する項目と、援助要請実行の理由、援助要請回避または実行を迷った理由をそれぞれ自由記述式で尋ねる項目で構成された。本調査は、2021年6～7月に愛知県内の公立小学校2校の小学5・6年生293名

を対象とし質問紙を配布して実施した。質問項目は援助要請実行の利益・コストの予期、自己抑制型行動特性、援助要請意図を尋ねる項目で構成された。

結果と考察

予備調査をもとに作成した援助要請実行の利益・コストの予期尺度を使用し、独立変数を自己抑制型行動特性、媒介変数を援助要請実行の利益・コストの予期、従属変数を援助要請意図としたモデルを用いてパス解析を行った。その結果、自己の抑制・喪失傾向が高い児童ほど、援助要請実行の際に利益を予期しないこと、一方コストは予期する傾向にあることが示された。また、受容への願望傾向が高い児童ほど、援助要請実行の際に利益を予期すること、コストである無効性は予期しない傾向にあることが示された。自己抑制型行動特性の自己の抑制・喪失と受容への願望の2側面で援助要請実行の利益・コストの予期に与える影響が対照的であることが明らかとなった。更に、援助要請実行の際に利益が予期された場合は援助要請意図が高まること、コストの予期については援助要請意図の高低に影響しないことが示唆された。

研究結果より、自己抑制型行動特性傾向の強い子どもの援助要請を促進するためには、自己の抑制・喪失傾向を抑えることが有効的だと考えられる。また援助要請実行の利益が援助要請意図に正の影響を与えることから、援助要請を行う利益について学ぶ機会を設けることも援助要請促進のための介入方法の1つとなろう。

統制不可能な状況における対処方略がストレス変化に及ぼす影響

—COVID-19による高校3年生の部活動の中止—

問題と目的

2020年は新型コロナウイルスの影響によって高校生の部活動が制限されることが多かった。ストレス状況に対しては、これまで積極的な対処方略がストレス反応の低減に有効であることが示されてきた。一方で、昨今のコロナ禍のような統制不可能な状況では、回避的な対処方略がストレス反応を低減させる可能性も示されてきた。

これまでの先行研究では、1時点のストレスの程度との関連で有効な対処方略を検討していることが多い。そこで本研究では、長期的な視点で新型コロナウイルスの影響で部活動が制限されるといった統制不可能な状況に対して、どのように考え、行動することがストレス反応の低減に有効であるのかを検討する。

方法

量的研究による研究1では、2020年に高校3年生であった大学1年生を対象とし、Webアンケート調査を行った。回答者数は163名であった。部活動が制限された状況に対してどのように対処したのかを尋ね、スライダーを用いて最長で1年間のストレス変化について1ヶ月ごとに回答を求めた。回答に不備があった者などを除いた有効回答者数は103名であった。

質的研究による研究2では、2020年に高校3年生で部活動に所属していた大学1年生4名に対してオンラインでのインタビューを行った。長期的な視点で方略使用の変化やそれによるストレスの変化についてナラティブ分析を

用いて検討した。

結果と考察

研究1では、ストレス対処方略の4因子それぞれの平均値によって群分けを行い、部活動が制限された出来事から1ヶ月目から12ヶ月目までのそれぞれで t 検定あるいは分散分析を行った。その結果、積極的な対処方略である、統制不可能な状況を積極的に解決しようとするPC (Primary Control) と自己の思考を調整しようとするSC (Secondary Control) はストレス反応を低減させる効果は見られなかった。回避的な対処方略である静観と諦めでは、部活動が制限されてから間もない時点では、気晴らしの意図を持った行動レベルの回避の方が状況に対して投げやりになる目標レベルの回避よりもストレス反応の低減に効果的であった。一方で、部活動が制限されてから時間が経過していくと目標レベルの回避の方が行動レベルの回避よりもストレス反応の低減に効果的であった。

研究2の結果、回避的な対処方略から時間の経過や状況の変化と共に、その他の事象や目標に目が向くことで長期的にストレス反応の低減につながることを示唆された。量的研究による研究1と質的研究による研究2の結果から、短期的には、気晴らしの意図を持って回避的に対処することの有効性が示された。さらに、時間の経過や状況の変化と共に、統制不可能な状況に意味を見いだしながら、その他の事象や目標に積極的に取り組もうとすることでストレス反応が低減することが分かった。

対人苦手意識と認知的複雑性および精神的健康との関連

—苦手な相手と関わる負担は軽減できるのか—

問題と目的

苦手な相手には居心地の悪さや相性の悪さを感じたり、なるべく関わりたくないというような苦手意識を持つだろう。このような特定の相手に対しての苦手意識は、対人苦手意識として概念化されている。対人関係上の出来事は個人の健康に対して常に好ましい影響を及ぼすわけではなく、否定的な影響も及ぼす。苦手な相手と関わる時にネガティブな感情、すなわち対人苦手意識を感じることで個人の精神的健康に否定的な影響を与える可能性がある。そのため、対人苦手意識を抑制する要因について検討する必要がある。その要因として考えられるのが、認知的複雑性である。認知的複雑性とは、社会的環境を多次的に認知できる能力（林、1976）と定義されている。苦手な相手に対してネガティブな偏った判断をしないことがネガティブ感情の抑制につながり、対人苦手意識を感じにくくなると考えられる。

以上のことから、本研究では、(1) 対人苦手意識が精神的健康に及ぼす否定的影響、(2) 認知的複雑性が対人苦手意識を抑制する可能性の2点を検討することを目的とする。

方法

大学1年生から4年生を調査対象者とし、Google フォームによる Web アンケートを実施した。そして、111名を分析の対象とした。

調査では以下の内容で回答を求めた。まず、認知的複雑性の指標として役割構成体領域テスト（Rep テスト）を用いた。このテストでは

対象者に4人の役割人物をあげさせ、それぞれの性格特徴を15個の特性形容詞対によって7段階で評定させた。次に、最も苦手な同性の友人を思い浮かべるよう指示し、苦手な人に対する感情についての回答を求めた。最後に、日常生活における気分状態を尋ねた。

結果と考察

対人苦手意識の抑制要因として考えている認知的複雑性が、対人苦手意識を媒介して精神的健康に影響を及ぼすという流れを想定してパス解析を行った。その結果、有意なパス係数はみられず、関連について確認できなかった。また、認知的複雑性の調整変数としての役割を検討するために、説明変数を対人苦手意識の2因子である他者否定と自己否定、目的変数を精神的健康とする重回帰分析を因子ごとに分けてそれぞれ行った。その結果、どちらの因子においても有意性は確認されなかった。

以上の結果から、認知的複雑性の抑制効果および調整効果はみられなかった。つまり、大学生は苦手な人を多面的に理解したとしても、それと苦手意識をもつかどうかは別であることが示唆された。また、対人苦手意識を感じていることが、精神的健康に影響を与えているという予測とは反した結果であった。この結果から、大学生は苦手な人を回避可能な環境にいるため、精神的負担が小さかったと考えられる。しかし、苦手な人との関わりはストレスのかかる出来事であることから、今後も対人苦手意識の抑制要因についての検討が期待されよう。

小学生の自己調整学習を促す支援の検討

—悲観性を活かした支援に着目して—

問題と目的

学習指導要領が改訂され、知識の理解の質を高め、資質・能力を育む「主体的・対話的で深い学び」の実現が目指されている（文部科学省、2018）。この主体的な学びというのは、自己調整学習と深く関わりを持つと考えられる。

自己調整学習の研究で小学生を対象として行った研究は限られているのが現状であるが、学びの基礎となる小学生の時期に、自己調整学習を身につけることは必要不可欠である。また、個に応じた教育のあり方を模索することも重要である。そこで、本研究では学業場面における楽観性に着目し、悲観主義者に効果的な支援を検討する。悲観主義者は、熟考を行うことで高いパフォーマンスを示す防衛的悲観主義者と、熟考をせず高いパフォーマンスを示さない真の悲観主義者に分類される。熟考という防衛的悲観主義者の特徴に着目し、本研究では不安活用学習支援尺度を作成した。この尺度の下位尺度として、モニタリングを促す支援、プランニングを促す支援、教訓帰納を促す支援が含まれる。これを真の悲観主義者に応用することで、真の悲観主義者が自らの力で学習できるよう支援をしたい。以上より本研究では、小学生を対象に、悲観主義者に対する自己調整学習を促す支援の検討を目的とする。

方法

名古屋市内の小学校における5年生、6年生の児童106名に質問紙調査を実施した。質問項目には、学業場面における楽観性、判別項目、

過去のテストに対する認知、将来のテストに対する期待、不安活用学習支援、自己調整学習方略を測定する尺度を使用した。

結果と考察

重回帰分析を行った結果、不安活用学習支援は楽観性の高低に関係なくモニタリング、プランニング、反復作業方略、深い処理方略の使用を促した。また、楽観性が高い人は、深い処理方略を使用しやすいことが示唆された。さらに補足的に重回帰分析を行った結果、楽観主義者よりも悲観主義者の方が、プランニングを促す支援を受けることでプランニング、反復作業方略を使用する効果は大きいことが示唆された。また、楽観主義者よりも悲観主義者の方が、モニタリングを促す支援を受けることで反復作業方略を使用する効果は大きいことが示唆された。

したがって本研究では、不安活用学習支援が自己調整学習方略の使用を促すことが明らかになった。また、楽観主義者と悲観主義者それぞれに効果的な支援は異なるということが示唆された。さらに、本研究で扱った支援は、防衛的悲観主義者だけでなく学習に抵抗感がある真の悲観主義者に貢献できると考えられる。防衛的悲観主義者に比べ、現時点で優れた成績を修めていない真の悲観主義者の方が、支援を要しているといえる。そのような真の悲観主義者に対し、防衛的悲観主義者が成功するメカニズムを応用して自己調整学習を促す支援を明らかにできたことは、意義があると考えられる。

アルバイト学生に対する上司の指導観の検討 —アルバイト活動を通じた学生の学びと成長に着目して—

問題と目的

近年、アルバイト活動に従事する大学生は増加傾向にあり、8割以上の大学生がアルバイト活動に従事している（学生生活調査、2020）。

小平・西田（2004）によると、大学生のアルバイト活動は金銭を稼ぐ手段として受動的に始められ、不満がなければ継続するという積極的ではない側面がある。西・柳澤（2010）によると、主体的に業務に取り組む学生の方が、アルバイト活動からより深い学びを得られると言われている。しかし、アルバイト活動を受動的に継続している大学生でも、アルバイト活動による肯定的な影響を受けていることが明らかになっている（小平・西田、2004）。

本人の取り組み姿勢以外にも、上司の仕事の与え方や指導の仕方も、アルバイト従業員の学びや成長に影響すると言われている（関口、2010）。しかし、指導者である上司が、実際にアルバイト学生にどのような能力や考え方を身に付けてほしいと考えて指導を行っているのかは明らかにされていない。そこで本研究では、アルバイト学生の学びと成長について、指導者側の意識や指導方法に焦点を当ててインタビュー調査を実施する。

方法

本研究では、飲食店でアルバイト学生に対して指導を行っている社員5名を調査対象者としインタビューを実施した。質問内容は、アルバイト学生に身に付けてもらいたい能力や考え方とその理由、その能力や考え方を身に付け

させるための指導方法や内容、指導する上で心がけていることなどであった。

結果と考察

アルバイト学生に身に付けてほしい能力や考え方として、挨拶や時間を守るといった常識的なことや、自分の意志や考えを相手に伝える能力といった基本的な能力が多く挙げられた。その理由として、「アルバイトとして仕事をする上で必要な能力だから」という理由が挙げられた。このことから、社会でも役に立つ能力を身に付けさせようという意識が先行してあるわけではなく、アルバイトとして必要な能力は社会でも同様に求められる基本的な能力であるため、アルバイト活動が有用な学びの機会に自然となっていると考えられる。

また、アルバイト学生を成長させようという意識よりも、「学生が辞めないように」という意識を強く持って指導をしていることが明らかになった。離職につながるため、給料以上の働きや向上心を無理に求めないという意見が挙げられた。一方、やる気や向上心がある学生に対しては、挑戦する機会を与え、成長のための支援をしていることが明らかになった。

指導者側の考えを把握することで、指導を受ける側にとって有効であり、かつ指導者の実践可能な指導法を構築することにつながる。したがって、指導者側が考える指導の方針や、アルバイトに求める能力や考え方が明らかになったことは、指導の質の向上につながるため、実践的な意義といえる。