

子どもの「社会性」と「感情」をどう育てるか

SEL（社会性と情動の学習）の基礎の基礎

第1回

なぜ子どもの「社会性」や「感情」を育成する必要があるのか？



島根県立大学人間文化学部准教授

山田 洋平

やまだ ようへい “子どもたちを笑顔に!”をモットーに、いじめや不登校などの問題を、子どもの社会性と感情の育成という視点から考えています。

はじめに

今回から一年間、子どもの「社会性」と「感情」の育成をテーマに連載をさせていただくことになりました。私は、これまで子どもの学校不適応対策の一つとして「社会性と情動の学習」(Social and Emotional Learning: 以下、SEL)という心理教育プログラムを、主に小・中学校や幼稚園と連携して実践してきました。SELを通して教育・保育現場とかわる中で、現在の子どもたちには「社会性」と「感情」の育成が本当に必要であると感じています。同時に、SELを実施した学校や園の子どもたちの変容を目の当たりにするたびに、SELの有効性を実感しています。

そこで、この連載では、SELによる具体的な「社会性」と「感情」の育成方法について、理論的背景を踏まえながら説明します。記念すべき第一回目は、「なぜ子どもの『社会性』や『感情』を育成する必要があるのか?」、そして「SELって何?」についてお話しします。

(注) 本連載においては、「社会性と情動の学習」という固有名詞を除いて、「情動」「気分」などの類似する用語を、最も広義な概念である「感情」に統一して表記します。

日本の子どもの現状

「コミュニケーションがとれない子どもたちが増えた」という

言葉は、私が教育・保育現場の先生方とお話しさせていただく中で、よく耳にするようになった言葉です。みなさんは、この言葉を聞いてどう思われるでしょうか。

社会全体の変化に伴って、子どもを取り巻く環境も大きく変化しています。家庭においては、核家族化や少子化、共働き家庭の増加、離婚件数の増加などにより、「カギツ子」と呼ばれる家庭内で長時間、一人で過ごす子どもが増えています。地域社会では、子どもの遊び方が変化しています。一昔前には、公園や空き地で異年齢の不特定多数の子どもと一緒に遊んでいる姿が当たり前でした。しかし現在は、三〜四人の同年齢の子どもがコンビニエンスストアの外で黙々とゲームをしている姿をよく目にするようになりました。さらに、インターネットやＩＣカードの普及によって、人と会話を交わすことなく買い物ができるようになりました。こうした生活スタイルの変化により、

図1 コミュニケーションがとれない園児の増加傾向

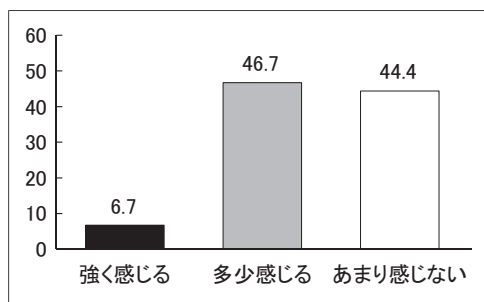


図2 自己中心的な園児の増加傾向

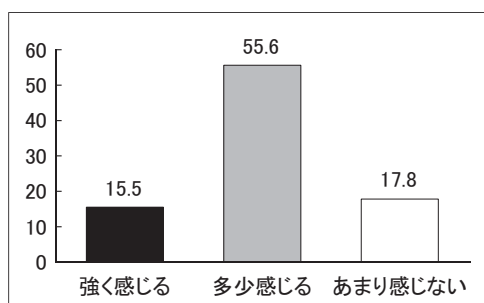
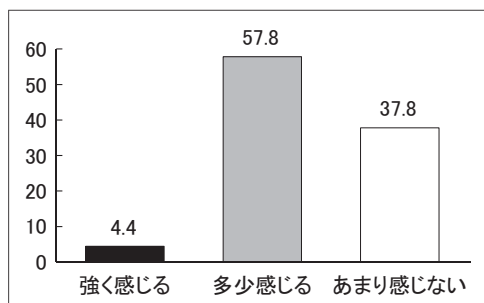


図3 自制心のない園児の増加傾向



出所：3つの図とも、熊本県教育委員会（2003）

子どもの生活体験や社会体験が不足してきています。同時に、子どもたちが日常生活で多様な人間関係を構築する機会が減少しており、子どもたちの社会性の未熟さが懸念されています。

教育・保育現場においても同様の指摘があります。ある幼稚園・保育所の園長を対象にした調査によると、半数以上の園長が、コミュニケーションがとれない園児（図1）や自己中心的な園児（図2）、自制心のない園児（図3）が増えたと感じています（熊本県教育委員会、二〇〇三）。また、小・中・高等学校における恒常的な課題であるいじめ、不登校といった学校不適応問題の一因には、必ず子どもたちの社会性の未熟さが指摘されます。このような現状を考慮すると、どうやら今の子どもたちは、家庭や地域社会の教育力の低下によって、社会性が未熟になってきているようです。こうした背景から、一九九〇年代頃から、学校で意図的・計画的に社会性を育成する必要性が高まり、ソ

ーシャル・スキル教育やアサーション・トレーニングなどが教育現場で実践されるようになりました。

しかし、二〇〇〇年前後に新たな問題が起きます。それは子どもの「キレる」現象です。普段はおとなしく静かな子どもが、突然友達に危害を加えるといった事件が、新聞やニュースを騒がせました。これらの問題の背景として指摘されたのが、感情機能の未熟さです。例えば、二〇〇四（平成一六）年に発

生じた佐世保市の事件の加害女兒は、日常的な攻撃衝動の抑制に困難があったことが確認されています。

「キレる」現象が社会問題となる一方で、増加傾向にあったのが「怒らない子」や「怒れない子」の存在です。こうした子どもは、本来怒ってもよさそうな場面であっても、友達との仲が悪くなることを必要以上に気にして、怒りを表出できません。一見すると、感情のコントロールができている子どものように見えますが、怒ってよい場面であっても、怒りを感じなかったり、感情を抑制したりするため、周りの子どもから怒らない子と認識され、いじめの標的になりやすく、不登校や引きこもり、うつ病の原因になることもあります。

こうした「キレる」子どもや「怒らない子・怒れない子」は、クラスの一部の子どもの特徴を示すものですが、どちらにも当てはまらない子どもの中にも、感情機能の未熟さを示す子どもは少なくありません。例えば、我慢ができない子ども、(相手の気持ちや状況が理解できず)空気が読めない子ども、「ヤバイ」「ムカつく」など感情表現の語彙が乏しい子どもです。このように考えると、感情の理解、コントロール、表現といった感情機能の未熟さは、一部の子どもの問題ではなく、すべての子どもの共通した問題と考えることができます。

社会性における感情機能の重要性

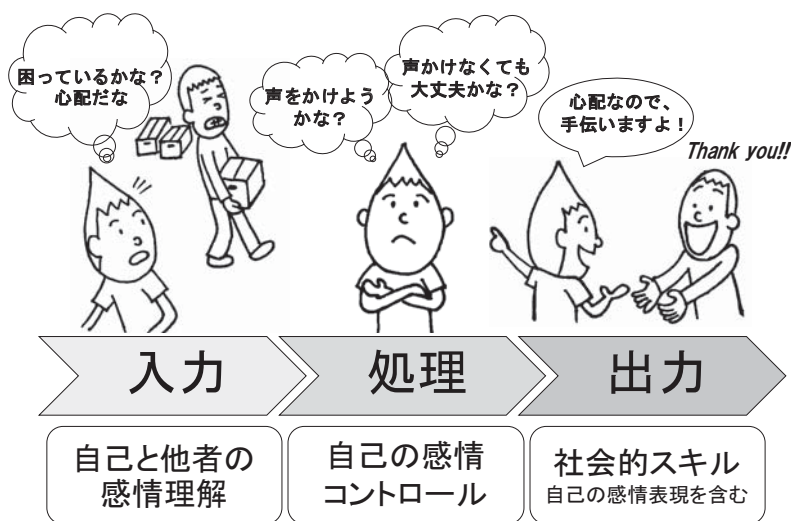
上述した社会性と感情機能はお互いに密接な関連があり、私

たちが適切な行動をとれるかどうかは、感情機能の働きに影響されます。それは、私たちが対人関係の中で行動実行に至るまでのプロセスを説明すると理解できます。私たちが、対人関係の中でなにか行動しようとする際には、大きく「入力」「処理」「出力」の三つの段階を踏みます。第一の入力段階は、その場の状況を把握する段階で、自己と他者の感情理解を行います。第二の処理段階は、どのように行動しようか考える段階です。その際、落ち着いて考えられるように、そして次の出力段階で適切な行動がとれるように、自己の感情コントロールを行います。最後の出力段階は、実際に行動する段階で、必要に応じて自己の感情を表現します。

この三段階での感情機能の働きを、図4に示す場面を例に説明します。まず、入力段階では、重たそうな荷物を運んでいるという状況理解の他に、「苦しそう」「困っている」などの他者の感情理解と、「心配だな」という自己の感情理解が働きます。処理段階では、「声をかけようかな?」「声をかけなくても大丈夫かな?」というさまざまな行動の選択肢の中から一つの行動を選択します。その際、落ち着いて考えられるように自己の感情コントロールが働きます。最後の出力段階では、「手伝いますよ!」という声かけとともに、「心配なので…」というような自分の感情表現を追加することもあります。このように、私たちが行動を実行するまでの各段階では、感情の理解、コントロール、表現といった感情機能の働きがかかわっています。

行動実行と感情機能の関連性については、これまでの研究で

図4 行動実行までの3段階と感情機能



対に、感情を過剰に抑制しすぎると精神的健康を害してしまうと言われている。その他にも、適切に感情を表現できる子どもは仲間からの評価が高く、人気者になる傾向があることや、他者の感情を適切に推測できる人は思いやりのある行動

さまざまなことが明らかになっています。例えば、攻撃的な子どもは、他者の意図や感情認知に歪みがあるとされています。この歪みにより、休憩時間にドッチボールの流れ球が当たった場面で、多くの人が「たまたま、ボールが当たった」と認識するのに対して、攻撃的な子どもは「わざと、ボールを当てた」と認識してしまうことがあります。また、自己の感情コントロールと反社会的行動との関連が示されており、感情のコントロールが苦手な子どもは攻撃的になりやすい傾向があります。反

(向社会的行動)をとりやすいことなどが示されています。

これらの研究結果は、感情の理解やコントロール、表現といった適切な感情機能の働きが、私たちの適応的な行動実行や社会的適応に重要な影響を与えていることを示しています。それは同時に、感情機能を含めた社会性の育成がすべての子どもの学校適応にとっても重要であることを示唆するものだと考えます。

SELとは

そこで注目されているのが「社会性と情動の学習」(SEL)です。SELは「自己の捉え方と他者との関わり方を基礎とした、社会性(対人関係)に関するスキル、態度、価値観を身につける学習」(小泉、二〇二一)と定義されており、感情の認知や管理の能力、他者への思いやりや気遣いの育成、責任ある意思決定、前向きな対人関係の構築、困難な状況の効果的な対処などの社会性や感情機能を状況に応じて適切に活用できる能力(社会的感情的コンピテンス)の育成をねらいとする心理教育プログラムの総称です(CASEL, 2003)。感情機能は社会性の一部ですが、ここであえて社会性と感情機能を区分して表記していることから、感情機能の育成の重要性がうかがえます。

現在、SELはアメリカを中心に、イギリス、カナダ、オーストラリアなどの多くの国の学校で実施されており、数多くのプログラムが存在しています。アジア圏でも、シンガポールや香港などで同様の心理教育プログラムが公教育の中で実施され

ています。

こうした膨大なSELの実践研究の成果をさらに分析するメタ分析という手法により、SELを実施することで得られる効果が明らかになっています。その結果によると、SELを実施することで得られる効果には、社会的スキルや感情的スキルの向上、自己と他者および学校に対する態度の改善、向社会的行動の改善、問題行動と攻撃行動の減少、情緒的な問題の改善、学力の向上が挙げられます(Durlak et al., 2011)。その他、イギリスでのSEL（イギリスではSEAL [Social and Emotional Aspects of Learning] と呼ばれている）の実践研究では、上記の他に、子どもの出席率の安定、効果的な学びの促進、教職員の効率の向上、学校の全児童生徒と教職員の情緒的な健康状態の向上が成果として挙げられています。つまり、SEL実践は、子どもたちの個々の能力や心身の発達に直接的な効果を与えるだけでなく、学校全体の健全な環境の確保にも間接的な影響を与えることがわかっています。

日本での実践はまだ少ないのですが、SEL-8S（小泉・山田、二〇一〇a、二〇一〇b）やTOP SELF（山崎ほか、二〇一〇）などの日本で開発されたプログラムの実践が進んでおり、少しずつ広がりを見せているように感じています。

本連載のこれから概要

今回は、子どもの現状を踏まえて社会性と感情を育成する必

要性について説明しました。次回からは、先述した行動実行までの三段階の順番に従って、各段階における主な理論的背景と具体的な育成方法について説明します。

つまり、①入力段階では「自己の感情理解」と「他者の感情理解」について、②処理段階では「自己の感情コントロール」について、③出力段階では「自己の感情表現を含む社会的スキル」について取り上げます。加えて、処理から出力段階に関連する社会的スキルとして「問題解決スキル」について取り上げたいきます。

〈主要参考文献〉

- CASEL (2003) *Safe and Sound: An Educational Leader's Guide to Evidence-Based Social and Emotional Learning (SEL) Programs*. Chicago: Author.
- Durlak, J. A., Weisberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D. & Schellinger, K. B. (2011) The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. *Child Development*, 82, pp.405-432.
- 小泉令三(二〇一〇)『社会性と情動の学習(SEL-8S)の導入と実践』ミネルヴァ書房
- 小泉令三・山田洋平(二〇一〇a)『社会性と情動の学習(SEL-8S)の進め方—小学校編』ミネルヴァ書房
- 小泉令三・山田洋平(二〇一〇b)『社会性と情動の学習(SEL-8S)の進め方—中学校編』ミネルヴァ書房
- 熊本県教育委員会編(二〇〇三)『肥後っ子かがやきプラン—熊本県就学前教育振興』熊本県教育委員会
- 山崎勝之・佐々木恵・内田香奈子・勝間理沙・松本有貴(二〇一〇)『予防教育科学におけるベース総合教育とオプショナル教育』『鳴門教育大学研究紀要』26, 1-19頁