

中学生のレジリエンス育成のためのプログラム開発

—自己認識スキルに視点をあてて—

教育実践高度化専攻 児童生徒発達支援コース 養護教育実践系

【目的】

中学生が日常生活の中の課題や困難に立ち向かう心を持ち、ありのままの自分や他者を認められる生徒の育成を目指すことを目的に授業を実施した。

【方法】

A 中学校 68 名（34 名×2 学級）を対象に、自己認識において座学の授業を行った。授業前後に Google フォームを使用したアンケート調査を行った。

【結果】

レジリエンス尺度の資質的レジリエンスについての得点は、授業前後及び群間で交互作用は見られなかった。一方で獲得的レジリエンスについての得点は、授業前後及び群間で交互作用が見られた。さらに、自己認識尺度については授業前後及び群間で交互作用が見られ、自己肯定感の得点は授業前後及び群間で交互作用は見られなかった。

【結論】

授業の直接的な目標であった自己認識が深まり、獲得的レジリエンス、中でも自己理解を高めることができた。また、自己肯定感についてもある程度の効果が認められた。