

# 小学生の日常生活と心理的適応 ——宿泊通学参加後に見られた変化——

佐藤 哲 康\*

## Daily Life and Psychological Adjustment of Elementary School Children Changes after Accommodation School

Tetsuyasu SATO

### 要 旨

本研究では宿泊通学に参加した小学生の日常生活と心理的適応の変化を小学生版 QOL 尺度を用いて検討した。その結果、1) QOL 全体、2) 情緒的健康、3) 自尊感情の向上が認められた。また保護者の評定からは、さらに4) 家族との生活に向上が認められた。小学生は宿泊通学への参加を通して、新しい仲間との楽しい人間関係づくりを経験した。さらにその経験は本人の満足感と自己効力感を高め、心理的適応を育むことにつながった。

キーワード：小学生の学習指導、仲間づくり、自尊感情の向上、心理的適応

### 問題と目的

子どもたちは学校での授業や交流のみならず、学外や放課後の自由な時間に経験する遊びや体験活動を通じて、社会性やコミュニケーション能力を発達させる。生活の充実は学童期の発達課題を達成するために不可欠なものであることは言を俟たない（佐藤ら、2015）。

文部科学省（2008）によれば、体験活動とは自らの身体を通して実際に経験する活動のことを言い、実際に関わる直接体験、メディアなどを介して感覚的に学びとる間接体験、シミュレーションなどから学びとる疑似体験の3つがあるとされている。この体験活動には①現実世界や生活などへの興味・関心と意欲の向上、②問題発見や問題解決能力の育成、③思考や理解の基盤作り、④教科などの「知」の総合化と実践化、⑤自己との出会いと成就感や自尊感情の

---

\*助教 臨床心理学

獲得、⑥社会性や共に生きる力の育成、⑦豊かな人間性や価値観の形成、⑧基礎的な体力や心身の健康の維持のような効果があると言われている。

こうした学外での体験活動の一つとして、親元から離れ、普段とは異なる環境の中で新しい仲間と共同生活を行いながら学校に通学し、社会性と自立性、心理的適応を育むことを目的としている宿泊通学事業を積極的に実施する自治体が増えてきている。

稲垣・松井（2010）は、小学生を対象に「思いやり」と「感謝の心」を育むために2泊3日の宿泊体験を行なったところ、参加した児童はプログラムを楽しみ、他の児童との関係において思いやりと感謝の気持ちが向上したと述べている。また、山川・宮本（2001）は不登校傾向がある児童を対象に、キャンプ前後で自己受容を測る質問紙を実施し、得点化した自己受容を比較したところ、キャンプ後の自己受容が有意に高く、キャンプにおける経験が自己受容を向上させたと報告している。須賀・東條（2003）は、小学生版の他者評定用生きる力尺度を作成し、キャンプに参加した小学5年生と6年生の児童に生きる力尺度を用いて調査を行なったところ、参加児童の「生きる力」が向上したと報告している。村田・田中・霜川（2012）は、子どもをキャンプに参加させる保護者はどんな期待を持っているのかを調査したところ、保護者は具体的な能力を期待しているのではなく、キャンプ参加が何かしらの成長につながるだろうという漠然とした期待があることを報告している。

神山・佐藤・北原（2015）は宿泊通学による児童の質的な成長モデルを呈示し、自らが問題を発見して解決する能力と達成感、他人を敬い協調する能力、豊かな人間性と価値観の形成に効果があることを明らかにした。しかし、体験活動で得られた変化について量的な効果検討がなされておらず、成長モデルの定量的な検討が必要である。

そこで本研究では宿泊通学参加によって小学生の日常生活と心理的適応にどのような変化が見られるのか、児童と保護者への調査からクオリティ・オブ・ライフ（以下 QOL）に関する検討を行うことを目的とした。

## 方 法

**調査協力者** 関東近郊 X 市が主催する宿泊通学事業に参加し、調査協力に同意をした小学5、6年生の児童と保護者86組（男児42名、女児44名）

**宿泊通学の概要（X市主催）** 宿泊通学は2泊3日の日程で、県内にある県立の宿泊施設を宿泊場所とし、そこから各小学校に通学し他校の児童と共同生活を送ることによって、自立心や協調性などの心理的適応を育むことを目的にしたものである。宿泊通学は年に3回実施されて

いる。児童は毎回各小学校から男女それぞれ5～6名程度が参加し、男女それぞれ5～8名が班になり、そこに本学学部生・大学院生、X市市民ボランティアや宿泊通学担当職員など約15名のスタッフが子どもたちの見守りとして参加する。

子どもたちへの声かけや指示はルールや安全が守られていないなどがあった場合を除き、命令や強制にならないように心がけ、子どもたちが自主的にスケジュールや班の目標をこなせるように見守る。

**調査内容と手続き** 本研究の調査目的を説明し、柴田・根本・松寄ら（2003）が作成した「小学生版 QOL 尺度 Kid-KINDL<sup>R</sup> Questionnaire（24項目、4件法）」への回答を児童と保護者それぞれに求めた。調査時期は宿泊通学の2週間前に行われた事前説明会（児童・保護者への事前）、宿泊通学最終日の夜（児童への事後）、宿泊通学1週間後（保護者への事後）のそれぞれ2回行った。保護者への事後調査は主催するX市を通じて、郵送にて配布と回収を行った。

**分析手続き** 調査終了後、回答を宿泊通学前後で児童と保護者が対応するように入力した。さらにQOL得点は先行研究に従って6領域それぞれの下位尺度とQOL全体の最高点が100点（範囲0-100）になるように換算した。

## 結果と考察

### 1. 小学生の日常生活と QOL

小学生の日常生活に性別と学年に群間差が見られるか検討した。その結果、性差は児童評定と保護者評定において全てのQOL下位尺度で有意な結果が認められなかった。また、学年差は児童評定の1) QOL全体 ( $t_{(84)}=2.87, p<.01$ )、2) 身体的健康 ( $t_{(84)}=2.23, p<.05$ )、3) 情緒的健康 ( $t_{(84)}=2.98, p<.01$ )、4) 家族との生活 ( $t_{(84)}=2.63, p<.05$ )、保護者評定の5) 情緒的健康 ( $t_{(84)}=2.44, p<.05$ ) で有意な結果が認められた (Table 1)。

### 2. 宿泊通学参加後に見られた生活の変化

宿泊通学の参加前後で日常生活に変化が見られるか児童と保護者に調査したそれぞれの尺度にt検定を行い、効果量 (Glass の  $\Delta$ ) を算出した (Table 2)。性別と学年に差が見られなかったことから、宿泊通学による日常生活の変化の検討は男女別・学年別に行わないことにした。その結果、児童への調査では参加後に1) QOL全体 ( $t_{(85)}=3.16, p<.01, \Delta=0.25$ ; Figure 1)、2) 情緒的健康 ( $t_{(85)}=2.26, p<.05, \Delta=0.24$ ; Figure 2) と3) 自尊感情 ( $t_{(85)}=3.26, p<.01, \Delta=0.28$ ; Figure 3) の得点に有意な上昇と0.20以上の効果量が認められた。一方、身体的健康

Table 1 学年別の QOL 尺度の平均値

	尺度項目	5年生	6年生	t 値
児 童	QOL 全体	71.15	78.73	2.87**
	身体的健康	74.46	82.60	2.23*
	情緒的健康	81.64	91.30	2.98**
	自尊感情	56.61	61.15	1.18
	家族との生活	72.92	81.13	2.63*
	友だちとの生活	73.93	78.57	1.43
	学校での生活	70.71	75.88	1.37
保 護 者	QOL 全体	81.49	84.40	1.43
	身体的健康	86.17	87.99	0.71
	情緒的健康	85.48	91.00	2.44*
	自尊感情	73.30	76.96	1.22
	家族との生活	77.27	81.37	1.63
	友だちとの生活	83.46	86.15	0.97
	学校での生活	80.11	82.84	1.00

Table 2 宿泊通学前後の QOL 尺度の平均値

	尺度項目	参加前	参加後	t 値	△値
児 童	QOL 全体	75.12	78.19	3.16**	0.25
	身体的健康	79.17	80.73	1.03	
	情緒的健康	87.27	90.66	2.26*	0.24
	自尊感情	59.45	64.32	3.26**	0.28
	家族との生活	77.78	79.17	1.07	
	友だちとの生活	76.47	79.01	1.79	
	学校での生活	73.25	75.84	1.39	
保 護 者	QOL 全体	83.56	85.03	2.09*	0.18
	身体的健康	87.66	86.78	0.87	
	情緒的健康	88.86	92.39	3.34**	0.34
	自尊感情	75.24	78.57	2.35*	0.26
	家族との生活	80.13	83.01	2.83**	0.26
	友だちとの生活	84.89	86.39	1.07	
	学校での生活	82.13	80.29	1.63	

### 小学生の日常生活と心理的適応

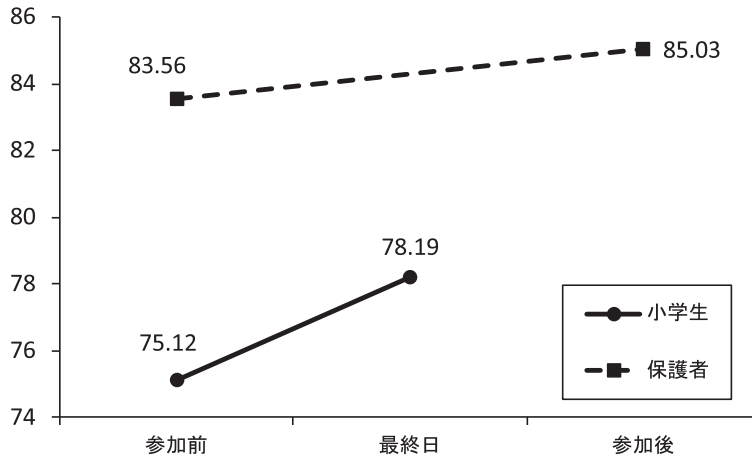


Figure 1 宿泊通学前後のQOL全体の差異

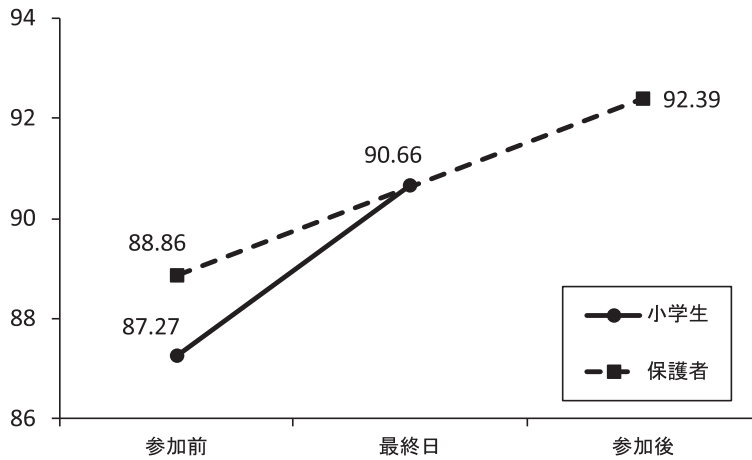


Figure 2 宿泊通学前後の情緒的健康の差異

や家族との生活、友だちとの生活や学校での生活では変化が見られなかった。

また、保護者への客観的な調査では1) QOL全体 ( $t_{(85)}=2.09, p<.05, \Delta=0.18$ ; Figure 1), 2) 情緒的健康 ( $t_{(85)}=3.34, p<.01, \Delta=0.34$ ; Figure 2) と 3) 自尊感情 ( $t_{(85)}=2.35, p<.05, \Delta=0.26$ ; Figure 3), 4) 家族との生活 ( $t_{(85)}=2.83, p<.01, \Delta=0.26$ ; Figure 4) の得点に有意な上昇と効果が見られた。一方、身体的健康や友だちとの生活、学校での生活では変化が見られなかった。

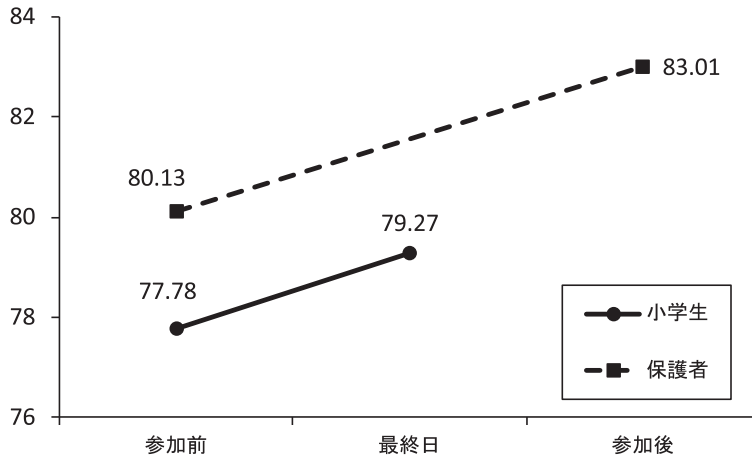


Figure 4 宿泊通学前後の家族との生活の差異

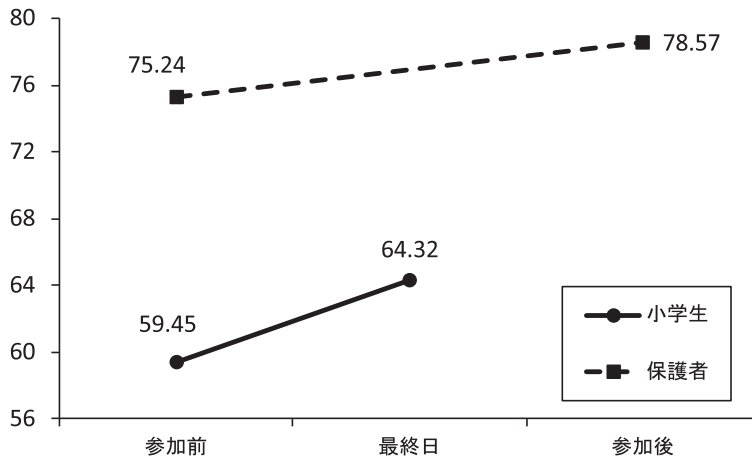


Figure 3 宿泊通学前後の自尊感情の差異

## 結 論

本研究は宿泊通学に参加した小学生のQOLの変化について、児童と保護者への参加前後の調査から検討した。宿泊通学の目的は他校の児童と共同生活を送ることによって、自立心や協調性などの心理的適応を育むことであった。小学生は宿泊通学への参加を通して、同世代の新たな仲間と力を合わせて物事に取り組み、楽しい時間を過ごしていた。また、自宅に戻ってか

らは宿泊通学での体験を家族に話したり、積極的に手伝いをしたりと自立した良好な変化も報告されている。これらの経験と人間関係の形成は小学生の満足感（情緒的健康）を高め、自信と自己受容（自尊感情）を育むことにつながったと思われる、自立心と協調性などの心理的適応を育むことを目的にしている宿泊通学事業の成果を認めることができると思われる。

## 引用文献

- 稲垣応顕・松井理納（2010）。「思いやり」と「感謝の心を育む宿泊体験学習に関する検討：小学生を対象としたプログラムの試みとその考察」上越教育大学研究紀要 29, pp. 23-32.
- 神山直子・佐藤哲康・北原靖子（2015）. 宿泊通学後の言葉に見られる児童の成長に関する一考察—児童と保護者のアンケート比較から— 川村学園女子大学心理相談センター紀要 11, pp. 39-44.
- 文部科学省（2008）. 体験活動事例集—体験のススメ [平成 17,18 年度豊かな体験活動推進事業より]
- 村田恵美・田中理絵・霜川正幸（2012）. 子どもの野外体活動の意義と保護者の期待 山口大学教育学部研究論叢第 3 部芸術・体育・教育・心理 62, pp. 263-275.
- 佐藤哲康・生駒忍・蓮見元子・北原靖子・川嶋健太郎（2015）. 小学生の放課後の過ごし方に関する研究 川村学園女子大学研究紀要 26 (1), pp. 139-146.
- 柴田玲子・根本芳子・松嵩くみ子・田中大介・川口毅・神田晃・古莊純一・奥山真紀子・飯倉洋治（2003）. 日本における Kid-KINDLR Questionnaire（小学生版 QOL 尺度）の検討 日本小児科学会雑誌 107 (11), pp. 1514-1520.
- 須賀恵津子・東條光彦（2003）. 野外宿泊体験が児童の「生きる力」の変容に及ぼす効果 日本教育心理学会総会発表論文集 45, p. 202.
- 山川久恵・宮本正一（2001）. 不登校児のためのキャンプが参加親子の自己受容に及ぼす効果 国際オリンピック記念青少年総合センター研究紀要 創刊号 pp. 65-72.