

病院臨床を通して見ているもの、見えてくるもの

パネルディスカッション『学校における学びとは』

福井大学 子どものこころの発達研究センター 特命助教
福井大学医学部附属病院 子どものこころ診療部 心理士
藤岡 徹

結論から言うと

臨床や研究を日々していて、

自尊心 (self-esteem)
自己に対する肯定的感情

- 「自分はこれでいいんだ」という軸を子どもが見つけること
→これなら負けない、これは得意、これが好き、を見つけること

が重要かと考えています。

「学校における学び」の一側面には、この感覚を得るための体験や
ヒントとなる知識を得る事が含まれていると思っています

→ (学校だけではなく子どもに関わる大人が、)

この感覚を促進する環境を整えることが重要と考えています

「自分はこれでいいんだ」という軸を見つけること (自尊心)
つまり、これなら負けない、これは得意、これが好き、というもの

研究結果から

- 自尊心 (Self-esteem) が高い子は、
 - ・ 日々のこまごまとしたことあまり苛立ちを覚えな
 - ・ さまざまな活動にたくさん参加する (Dumont et al., 1999)

子どもの周りの大人に

- 自尊心を維持・向上できる土壌 (環境) 作り

① ポジティブな声かけ

② 自尊心に影響する事柄への「予防的観点」からの介入

③ 大人の連携

自尊心やメンタルヘルスを維持・向上できる土壌 (環境) 作り

① ポジティブな声かけ

- ポジティブな声かけとは
 - ① ほめる
 - ② 「ありがとう」という
 - ③ やっている (言っている) ことを口に出して言う
(④ 何も言わずに (3分間) 話を聞くでも)



- 承認 (これでいいんだ!!) の感覚を感じることができる

自尊心やメンタルヘルスを維持・向上できる土壌 (環境) 作り

② (主に学校現場で) 予防的観点からの介入

- メンタルヘルスへの予防的介入

→ メンタルヘルスの低下は生活の質を低下させる (Sawatzky et al.,
→ 世界中で、学校で行うメンタルヘルス低下の予防プログラムが開発されている
→ 日本においても、様々なプログラムが開発中



- いじめへの予防的介入

→ いじめは、学校適応を妨げ、孤独感などを与える (Arseneault., 2017)

→ 10歳時のいじめ被害は、50歳時に不安障害の割合が高くなる (Takizawa et al., 2014)

→ いじめ予防介入プログラムも、世界で開発されている

→ 日本では、いじめの実態調査と予防プログラム (こども+子どもの発達科学研究所)

自尊心やメンタルヘルスを維持・向上できる土壌（環境）作り ③大人の連携

- これまで話したことは、子どもが関わる場所では一貫して実施したほうが効果的
- 特に、手厚くサポートが必要な子に場合は連携は必須
→一貫した対応や協体制度が作れないと、子どもが混乱する



まとめ

- 病院臨床をしていると、「自分はこれでいいんだ」という軸を子どもが見つけること
(そして「子どもたちが生き生きと、楽しく成長していくこと」)
が重要だと感じていますし、研究結果もそれを支持しています。
- それが出来るように、大人が子どもに接したり、環境を整えたり、協力する必要がある
- 特に、予防的観点からの介入には、こどもみんなプロジェクトのプログラムは有効と考えられる
- →子どもの状態を客観的に捉える＝学校風土尺度
→ポジティブな声かけ＝教師研修プログラム
→不安の予防＝勇者の森
→いじめ対策＝いじめの実態調査&予防プログラム（こどもん+子どもの発達科学研究所）