

**部局名** 教育学研究科 生徒指導・教育相談分野

**担当:** 教授

**テーマ** 小・中学校で実践するレジリエンス向上プログラムの開発・実証

**特色ある取組**

大学院教職実践開発専攻（教職大学院）の生徒指導・教育相談分野では、小学校・中学校の予防・開発的な生徒指導の一貫として、SSTや抑うつ予防プログラムの実践研究を行なって来ました。その資産を継承する学校の教室で実践する、レジリエンス向上プログラムの開発研究を進めています。

先行研究によると、レジリエンスはいくつかの心のはたらきの特性に分けてみる事ができます。このうち、一部はトレーニング等によって改善し、簡単には改善しないものもあるとされています。

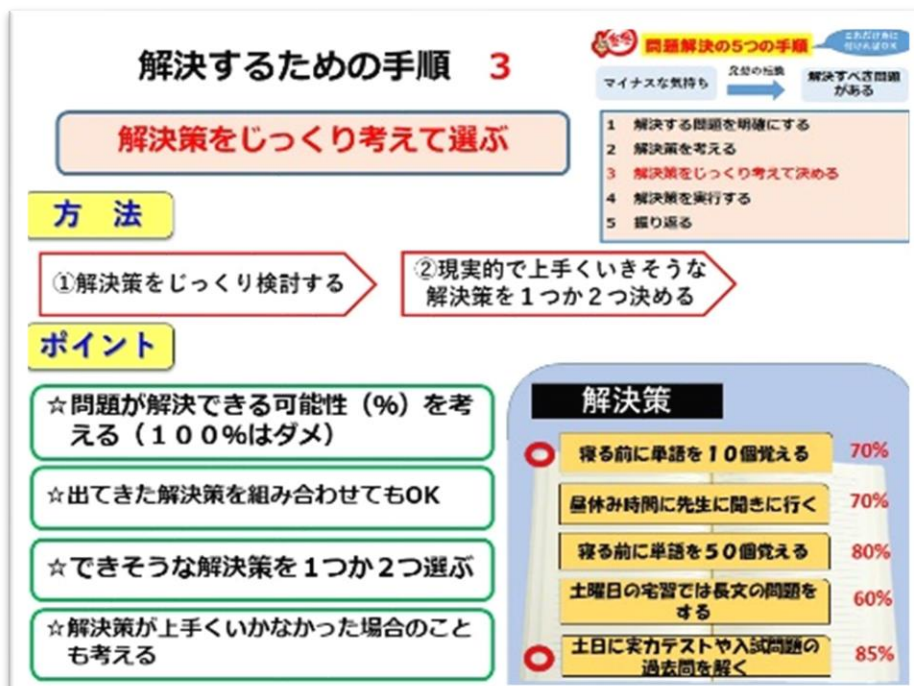
私たちの研究によると、小学校高学年の児童や中学校の生徒のレジリエンスは、①周りとのバランスをとって事態を判断する「俯瞰力」、②問題事態を捉え解決策を考え選んでいく「問題解決志向」、③周囲の支援をとり込む「援助要請」、④物事を楽観的に捉える「楽観性」の4因子から評価できます。私たちは、各学校の発達段階にみあった介入授業を構成し、その効果検証を行っています。小・中学校それぞれにおいて、介入群と統制群との比較で有意な介入効果を見出しています。今後、さらに、効果の高い構成を目指して改善を進めていきます。

**期待される成果・効果**

少子化が続き、そして先が読めない数十年後、社会の中核となり支えていく児童・生徒を対象に、変化に伴う様々なストレスを乗り越えしなやかに生きる力を育成することを目指しています。期待される成果は、明るい未来そのものです。

**参考URL**

- 宮崎大学大学院 教職実践開発専攻 HP
- <https://www.miyazaki-u.ac.jp/edu/>
- 宮崎の生徒指導と教育相談
- <https://www.facebook.com/School.guidance.and.counseling.of.miyazaki>



**解決するための手順 3**

**解決策をじっくり考えて選ぶ**

**方法**

- ① 解決策をじっくり検討する
- ② 現実的で上手いきそうな解決策を1つか2つ決める

**ポイント**

- ☆ 問題が解決できる可能性 (%) を考える (100%はダメ)
- ☆ 出てきた解決策を組み合わせてもOK
- ☆ できそうな解決策を1つか2つ選ぶ
- ☆ 解決策が上手いかなかった場合のことも考える

**問題解決の5つの手順**

- 1 解決する問題を明確にする
- 2 解決策を考える
- 3 解決策をじっくり考えて決める
- 4 解決策を実行する
- 5 振り返る

**解決策**

寝る前に単語を10個覚える	70%
昼休み時間に先生に聞きに行く	70%
寝る前に単語を50個覚える	80%
土曜日の宅習では長文の問題をやる	60%
土日に実力テストや入試問題の過去問を解く	85%

