

学 位 論 文 要 旨

氏 名 筆野 元

題 目 小学生を対象とした目標設定スキル育成プログラムの開発及び短期的・中期的評価

学位論文要旨（和文2,000字又は英文1,000語程度）

本研究では、子どもたちが現在及び将来の諸課題に対応できるように、目標設定スキルの育成を目指して、まず、小学生の目標設定に関する実態を踏まえて小学生用目標設定スキル尺度を作成し、さらに同スキル育成プログラムを開発、実施し、プログラムの有効性や課題を明らかにすることを目的とした。本論文の内容は以下の通りである。

第1章では、問題として、小学校現場では年度始めや体育授業などで目標設定は実施されているが、適切に活用されていない場合があることを確認した。次に、本研究が取り扱う目標設定スキルの定義を明確にした。さらに、先行研究において開発されている、小学生段階における目標設定スキル測定尺度の課題やより有用な尺度の必要性を見出した。加えて、国内外で実施されている同スキル育成プログラムは、評価方法に課題があること、プログラム自体の効果が顕著ではなかったことを確認した。第1章から、小学生の目標設定スキルを育成するためには、より有用な尺度及びプログラムを開発する必要があることが明らかになった。

第2章においては、尺度、プログラムを開発するために、小学生の目標設定の内容及び方法、達成に向けた取組の実態把握を目的とした予備調査を実施した。研究Ⅰでは、自由記述を含んだ質問紙調査を行い、夏休みにおける目標や計画、取組について回答を求めた。さらに研究Ⅱでは、質問紙調査では得られなかった、詳細な取組内容についてフォーカスグループインタビュー（以下FGIとする）により回答を求めた。その結果、小学生が目標を設定する頻度は決して少なくないことがわかった。しかしながら、目標は一般的な内容が多く、期限を設けることや達成基準が不明確であり、具体性に欠けていた。達成に向けた取組の中で行われている工夫では、計画を立てることやあきらめないことが挙げられた。FGIでは、小学生は学校行事や習い事などで目標を立てることがわかった。達成に向けた工夫については、計画を立てることが挙げられたが、計画内容を頭の中で描く程度に留めていることが明らかになった。さらに、目標が達成できなかった場合、一度ならあきらめないが、何度も失敗した場合は別の目標を設定するなど、柔軟な対応が見出せた。

第3章では、目標設定スキルを測定、評価するため、小学校5、6年生419人（男子193人、女子226人）を対象として、小学校高学年を対象とした目標設定スキル尺度を開発し、その信頼性と妥当性について検討した。因子分析の結果、因子として「達成への意志」「達成への計画」「周囲への相談」「柔軟な目標設定」を見出した。信頼性係数 α の値は、尺度全体： $\alpha = .814$ 、下位尺度「達成への意志」： $\alpha = .833$ 、「達成への計画」： $\alpha = .713$ 、「周囲への相談」： $\alpha = .703$ であり、信頼性は確保された。一方、下位尺度「柔軟な目標設定」： $\alpha = .529$ であり、信頼性は低かった。「柔軟な目標設定」の項目数の少なさが要因ではないかと考えられた。妥当性については、目標設定スキル全体と外的基準となりうる尺度との相関係数は、「レジリエンス」： $r = .673$ 、「セルフコントロール」： $r = .474$ 、「一般性セルフエフィカシー」： $r = .318$ であり、いずれも有意な相関が認められた。このように、課題は一部残るものの、一定の信頼性及び妥当性が確認された。

第4章においては、小学校高学年を対象とした目標設定スキル育成プログラムの実施と評価を行った。

具体的には、準実験デザインを用い、関西地方の1小学校5年生（介入群 68 人，対照群 62 人）を対象とした。介入群には、目標設定スキル育成プログラムを実施し、両群の目標設定スキル尺度全体、下位尺度「達成への意志」「達成への計画」「周囲への相談」「柔軟な目標設定」の得点を事前・事後・追跡時で比較した。さらに、事前から事後にかけて、プログラムを通して目標設定スキルに関する知識の習得状況を検証するため、目標設定事例に関する評価テストを実施・評価した。その結果、事前より事後にかけて目標設定スキル全体は上昇を見せた。「達成への意志」「達成への計画」「柔軟な目標設定」も同様に上昇した。しかし、事後より追跡時にかけて、目標設定スキル全体及び「達成への意志」「達成への計画」は低くなった。「柔軟な目標設定」のみが事後から追跡時にかけて維持された。一方、「周囲への相談」は事前から事後、追跡時と上昇が見られなかった。目標設定事例に関する評価テストでは、プログラムを通して児童は、一般的な回答が減り、具体的な工夫や対処方法を考えられるようになった。これらの結果より、本研究で開発した目標設定スキル育成プログラムは短期的には有効である可能性が示唆された。加えて、プログラムで得られた効果は中期的には維持されにくいことが明らかになった。

終章では、第3章で開発した目標設定スキル尺度の下位尺度「柔軟な目標設定」の信頼性が低いという課題、さらなる改訂の必要性を確認した。次に、第4章で実施した目標設定スキル育成プログラムの効果の継続性に課題があることを確認した。プログラムの効果を維持するためには、プログラム終了後のフォローアップ学習が有効な可能性があり、プログラムの更なる改訂が求められる。