

~~~~~  
 研 究  
 ~~~~~

## 学童後期の放課後の生活とセルフエスティームとの関連

林 佳奈子<sup>1)</sup>, 廣瀬 幸美<sup>2)</sup>

### 〔論文要旨〕

学童後期の児童における放課後の生活とセルフエスティームとの関連を検討するために、A県内小学校3校の4～6年生を対象に質問紙調査を行い、計868人を分析対象とした。その結果、放課後の生活は、1) 男子では同学年とマンガ、テレビゲームをする者が6年生に多く4年生に少なかった。2) 女子では外で身体を動かす者が4年生に多く5年生に少なかった。また、同学年とテレビ、マンガ、テレビゲームをする者が6年生に多く4年生に少なかった。3) 4・5・6年生ともに女子よりも男子にテレビゲーム、スポーツ少年団に行く者が多く、男子よりも女子に塾や習い事に行く、会話、楽器演奏、絵を描く者が多かった。4) 放課後の生活とセルフエスティームとの関係では、放課後は何もせずにごろごろしている者よりも、だれかと一緒に勉強や読書、会話、身体を動かして過ごす者の方がセルフエスティームは高かった。

**Key words :** 学童後期, 放課後の過ごし方, 遊び, 遊び相手, セルフエスティーム

### I. はじめに

近年、児童の放課後の遊びは外遊びよりも、テレビ・ビデオ視聴時間やテレビゲームで遊ぶ時間の方が長くなり<sup>1)</sup>、インターネットなど電子メディアとの接触の機会が増加し、仲間を必要とせずにひとりでも遊ぶことが可能となった。児童にとって放課後は、友だちと学校ではできない好きな遊びができる自由時間である。

学童期に仲間と遊ぶことは、役割、責任、協力、友情などといった社会生活に必要な能力を育むことにつながる<sup>2)</sup>。さらに、学童後期では仲間と比べて自分の能力が優れているのか劣っているのかという視点から自分を評価するようになり<sup>2)</sup>、仲間内での自分の地位や評価を強く意識するようになる。仲間と比べて評価した自己像と自分が理想とする自己像とのズレから抱く感情はセルフエスティームと呼ばれ、学童期

から思春期へ移行するにつれて仲間からの社会的受容がセルフエスティームの形成に影響する<sup>3)</sup>ことから、学童後期では仲間と遊ぶことがセルフエスティームの重要な位置を占めるようになる<sup>3)</sup>と推察される。

そこで、本研究では学童後期の児童への健康教育を行うための基礎資料を得ることを目的に、学童後期の児童における放課後の遊び相手および過ごし方とセルフエスティームを調査し、それらの関連を検討したので報告する。

### II. 対象および方法

A県内の県庁所在地、東部地方、西部地方にある公立小学校3校に在籍する4年生317人、5年生306人、6年生277人、計900人を対象に、2003年9月～10月に自記式無記名式の質問紙調査を行った。調査を実施するにあたり、各小学校に本研究の趣旨を説明し、調査への協力を得

Relationship between After School Life and Self-esteem in the Primary School Children at 4th Grade to 6th Grade

Kanako HAYASHI, Yukimi HIROSE

1) 富山医科薬科大学医学部看護学科(修士課程学生) 2) 富山医科薬科大学(研究職・小児看護学)

別刷請求先: 林 佳奈子 富山医科薬科大学医学部看護学科 〒930-0194 富山県富山市杉谷2630

Tel : 076-434-2281 Fax : 076-434-7430

[1677]

受付 04.12.16

採用 05. 2.10

た。各校より、対象児とその保護者に対して調査の趣旨、調査結果を本研究以外に使用しない旨を文書にて説明してもらい、調査協力への同意を得た。本調査の実施前に4～6年生の各3名にプレテストを行い、調査用紙を加筆、修正した。その後、各校の教諭に、修正した調査用紙における表現方法の妥当性について意見を求め、調査用紙を再度修正し、本調査を実施した。調査は学級ごとに担任教諭から対象児に調査の目的と方法が説明され、調査用紙を配布してもらった。質問項目は担任教諭が1問ずつ読み上げ、不明な項目については担任教諭に質問してもらった。

調査内容は放課後の生活とセルフエスティームである。放課後の生活に関する項目は、児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査報告書<sup>4)</sup>で用いられた項目を参考に作成し、放課後の遊び相手6項目と過ごし方16項目の計22項目であり、回答は複数回答とした。セルフエスティームに関する項目は、A.W. Pope<sup>3)</sup>の子ども用5領域自尊心尺度テストを使用した。この尺度は学童中期以上の子どもたちを対象に、全般的、学業的、社会的、身体的、家族的な自尊心を測定する下位尺度からなり、子どものセルフエスティームを多角的にとらえようとして作成された尺度である。また、これら5領域の相対的な健全度の比較や個々の領域に対する反応からその子どもの特徴を記述的にとらえようとする場合に有用である。今回は自己についての全体にわたる評価に基づく全般的下位尺度10項目を使用し、セルフエスティームの状態をアセスメントするための一指標として、この尺度の測定値からセルフエスティームの高低を判断した。この下位尺度については、「いつもそう思う=2点」、「ときにはそう思う=1点」、「ほとんどそう思わない=0点」の3件法で回答を求め、下位尺度10項目の合計点(0～20点)を算出した。この合計点(以下、セルフエスティーム得点とする)が高いほどセルフエスティームが高いことを示している。下位尺度のCronbachの $\alpha$ 係数は、4年生0.610、5年生0.683、6年生0.735、学年全体では0.683であった。

対象人数900人に対し、回収数は4年生304、5年生299、6年生270、計873(回収率97.0%)

であった。そのうち、セルフエスティームに関する項目に無効回答がなかった4年生302人、5年生297人、6年生269人、計868人(有効回答率99.4%)を分析対象とした。

放課後の生活の各項目において学年間および性別間で比較するために $\chi^2$ 検定、Fisherの直接確率法を行った。学年別、性別におけるセルフエスティーム得点の平均値(以下、セルフエスティーム平均値とする)については、学年×性別の二元配置分散分析を行った。学年ごとに、放課後の生活とセルフエスティーム平均値の差との比較においてt検定を行った。統計解析にはSPSS(Ver.12)を使用し、有意水準は5%とした。

### Ⅲ. 結 果

#### 1. 対象の属性

対象者868人中、男子は4年生143人、5年生139人、6年生128人、計410人(47.2%)、女子は4年生159人、5年生158人、6年生136人、計453人(52.2%)であり、男女比はほぼ同率であった。きょうだいのいる者は4年生277人、5年生267人、6年生246人、計790人(91.0%)であり、全体の90%以上を占めていた。家族形態は核家族が4年生210人、5年生195人、6年生178人、計583人(67.2%)であった。

#### 2. 放課後の生活

##### 1) 放課後の遊び相手

放課後の遊び相手を学年全体でみると、「同学年」と『遊ぶ』と答えた者の割合が81.3%と最も多く、次いで「きょうだい」と『遊ぶ』者が44.4%であった。

放課後の遊び相手の各項目について学年間で比較した結果、4年生では「きょうだい」、5年生では「ひとりで」、6年生では「同学年」と『遊ぶ』者の割合が多かった( $p < 0.01 \sim 0.001$ )。

表1には放課後の遊び相手において『遊ぶ』と答えた者を学年別・性別に示した。性別ごとに学年間比較した結果、男女ともに「同学年」と『遊ぶ』者の割合が6年生に多く、男子では4年生に少なかった( $p < 0.05 \sim 0.01$ )。男女ともに「ひとりで」「遊ぶ』者の割合が4年生

表1 学年別・性別からみた放課後の遊び相手

項 目	学 年 別								性 別									
	男				子				女				子					
	4年生	5年生	6年生	合計	4年生	5年生	6年生	合計	4年生	5年生	6年生	合計	男女	男女	男女	男女		
	a	b	c	d	a-b-c	e	f	g	h	e-f-g	a-e	b-f	c-g	d-h				
N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
同学年と遊ぶ	102	71.3	108	77.7	113	88.3	323	78.8	**	128	80.5	128	81.0	123	90.4	379	83.7	*
異学年と遊ぶ	54	37.8	54	38.8	48	37.5	156	38.0		55	34.6	41	25.9	49	36.0	145	32.0	*
異学校の人と遊ぶ	9	6.3	7	5.0	8	6.3	24	5.9		10	6.3	7	4.4	11	8.1	28	6.2	
きょうだいと遊ぶ	66	46.2	48	34.5	53	41.4	167	40.7		92	57.9	71	44.9	55	40.4	218	48.1	** (* (*
親と遊ぶ	8	5.6	3	2.2	2	1.6	13	3.2		10	6.3	5	3.2	6	4.4	21	4.6	
ひとりで遊ぶ	52	36.4	72	51.8	56	43.8	180	43.9	*	51	32.1	78	49.4	52	38.2	181	40.0	**

χ<sup>2</sup>検定, Fisherの直接確率法 \*p<0.05 \*\*p<0.01 \*\*\*p<0.001  
 ※人数や%の合計が合わないのは、性別の不明を記載していないため。  
 学年別の [ ] は少ないことを表し, [ ] は多いことを表す。性別の ( ) は女子に多いことを表す。

に少なく5年生に多かった (p<0.05~0.01)。女子では「きょうだい」と『遊ぶ』者の割合が6年生に少なく4年生に多かった (p<0.01)。学年ごとに男女間比較した結果, 4年生では女子の方が「きょうだい」と『遊ぶ』者の割合が多く (p<0.05), 5年生では男子の方が「異学年」と『遊ぶ』者の割合が多かった (p<0.05)。

2) 放課後の過ごし方

放課後の過ごし方を学年全体でみると, 「外で身体を動かす」において『する』と答えた者の割合が83.9%と最も多く, 次いで「テレビを見る・音楽を聞く」75.8%, 「勉強・宿題・読書をする」65.7%, 「マンガを読む」62.8%, 「テレビゲームをする」60.0%であった。

放課後の過ごし方の各項目について学年間比較した結果, 4年生では「外で身体を動かす」, 「勉強・宿題・読書をする」において『する』と答えた者の割合が多く (p<0.01~0.001), 5年生では「塾や習い事に行く」, 「楽器を演奏する・絵を描く」 (p<0.05), 6年生では「テレビを見る・音楽を聞く」, 「マンガを読む」, 「テレビゲームをする」, 「お店・書店で過ごす」, 「コンビニエンスストアで過ごす」者の割合が多かった (p<0.05~0.001)。

表2には放課後の過ごし方において『する』と答えた者を学年別・性別に示した。性別ごとに学年間比較した結果, 男女ともに「マンガを

読む」, 「テレビゲームをする」, 「お店・書店で過ごす」者の割合が4年生に少なく6年生に多かった (p<0.05~0.001)。女子では「外で身体を動かす」者の割合が5年生に少なく4年生に多かった (p<0.01)。また, 「勉強・宿題・読書をする」者は6年生に少なく4年生に多く (p<0.01), 「テレビを見る・音楽を聞く」者は4年生に少なく6年生に多かった (p<0.001)。有意差がみられた項目数は, 男子では3項目であり, 女子では9項目であった。学年ごとに男女比較した結果, 4・5・6年生ともに男子に, 「テレビゲームをする」, 「スポーツ少年団・クラブに行く」, 「児童センターなどの施設で遊ぶ」者の割合が多く (p<0.05~0.001), 女子に, 「塾や習い事に行く」, 「家族や友人などと会話をする」, 「楽器を演奏する・絵を描く」者の割合が多かった (p<0.05~0.001)。4年生と5年生では女子の方が, 「勉強・宿題・読書をする」者の割合が多く (p<0.01), 6年生では女子の方が「テレビを見る・音楽を聞く」者の割合が多かった (p<0.001)。

3. セルフエスティーム

1) 属性とセルフエスティーム

図1にはセルフエスティーム平均値と標準偏差を学年別・性別に示した。セルフエスティーム平均値において学年×性別の分散分析を行っ

表2 学年別・性別からみた放課後の過ごし方

項目	学 年 別								性 別									
	男				子				女				子					
	4年生		5年生		6年生		合計		4年生		5年生		6年生		合計			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
外で身体を動かす	127	88.8	116	83.5	114	89.1	357	87.1	140	88.1	118	74.7	110	80.9	368	81.2	**	*
テレビを見る・音楽を聞く	94	65.7	97	69.8	95	74.2	286	69.8	117	73.6	124	78.5	127	93.4	368	81.2	***	(***)
勉強・宿題・読書をする	88	61.5	86	61.9	66	51.6	240	58.5	125	78.6	121	76.6	82	60.3	328	72.4	**	(**)
マンガを読む	72	50.3	89	64.0	96	75.0	257	62.7	80	50.3	98	62.0	107	78.7	285	62.9	***	(***)
テレビゲームをする	102	71.3	108	77.7	108	84.4	318	77.6	54	34.0	75	47.5	69	50.7	198	43.7	**	***
塾や習い事に行く	48	33.6	59	42.4	39	30.5	146	35.6	86	54.1	96	60.8	70	51.5	252	55.6	(***)	(**)
家族や友人などと会話をする	38	26.6	42	30.2	32	25.0	112	27.3	62	39.0	79	50.0	70	51.5	211	46.6	(*)	(**)
スポーツ少年団・クラブに行く	55	38.5	65	46.8	56	43.8	176	42.9	43	27.0	38	24.1	43	31.6	124	27.4	*	***
楽器を演奏する・絵を描く	15	10.5	11	7.9	5	3.9	31	7.6	67	42.1	77	48.7	47	34.6	191	42.2	*	(***)
おやつを食べる	34	23.8	25	18.0	19	14.8	78	19.0	36	22.6	33	20.9	33	24.3	102	22.5		
とくに何もせずにごろごろする	25	17.5	21	15.1	23	18.0	69	16.8	26	16.4	26	16.5	36	26.5	88	19.4	*	
お店・書店で過ごす	6	4.2	9	6.5	19	14.8	34	8.3	11	6.9	25	15.8	49	36.0	85	18.8	***	(*)
児童センターなどの施設で遊ぶ	30	21.0	24	17.3	19	14.8	73	17.8	18	11.3	9	5.7	8	5.9	35	7.7	*	**
コンビニエンスストアで過ごす	9	6.3	8	5.8	13	10.2	30	7.3	4	2.5	11	7.0	13	9.6	28	6.2	*	
図書館で過ごす	5	3.5	10	7.2	4	3.1	19	4.6	12	7.5	13	8.2	11	8.1	36	7.9		(*)
ゲームセンターで過ごす	5	3.5	1	0.7	7	5.5	12	2.9	4	2.5	2	1.3	4	2.9	10	2.2		

χ<sup>2</sup>検定, Fisherの直接確率法 \*p<0.05 \*\*p<0.01 \*\*\*p<0.001

※人数や%の合計が合わないのは、性別の不明を記載していないため。

学年別の□は少ないことを表し、■は多いことを表す。性別の( )は女子に多いことを表す。

た結果、学年の主効果のみ有意であった(学年の主効果  $F(2,857)=9.31, p=0.000$ ; 性別の主効果  $F(1,857)=2.62, p=0.106$ ; 交互作用  $F(2,857)=0.96, p=0.384$ )。そこで、多重比較を行った結果、4年生と6年生、5年生と6年生との間において有意差が認められ、セルフエスティーム平均値は4年生、5年生に比べて6年生の方が低かった。

セルフエスティーム平均値とその他の属性(きょうだいの有無, 家族形態)において有意差は認められなかった。また、セルフエスティームにおいては性差が認められず学年のみ有意差が認められたため、以下、放課後の生活とセルフエスティームとの関連については学年ごとに比較検討した。

2) 放課後の生活とセルフエスティーム

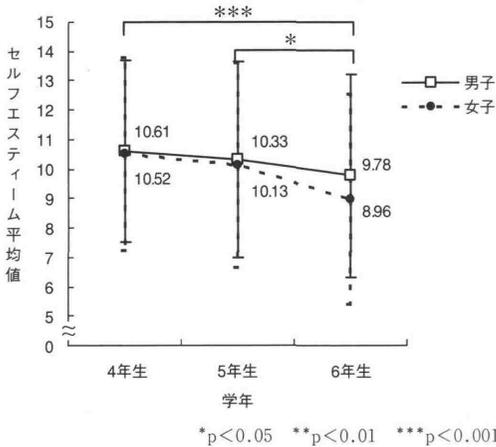


図1 学年別・性別におけるセルフエスティーム平均値と標準偏差

学年ごとにみた放課後の遊び相手とセルフエスティーム平均値と標準偏差を表3に示した。学年全体でみたところ、「同学年」,「異学年」と『遊ぶ』者の方がセルフエスティーム平均値は有意に高かった (p<0.05)。学年ごとにみたところ, 4年生では「きょうだい」と『遊ぶ』者の方がセルフエスティーム平均値は有意に高かった (p<0.05)。5年生では「同学年」,「異学年」と『遊ぶ』者の方がセルフエスティーム平均値は有意に高く (p<0.05~0.01), 「きょうだい」と『遊ぶ』者の方がセルフエス

ティーム平均値は有意に低かった (p<0.05)。6年生では「異学年」と『遊ぶ』者の方がセルフエスティーム平均値は有意に高かった (p<0.05)。

学年ごとにみた放課後の過ごし方とセルフエスティーム平均値と標準偏差を表4に示した。学年全体でみたところ, 「外で身体を動かす」, 「勉強・宿題・読書をする」, 「家族や友人などと会話をする」, 「スポーツ少年団・クラブに行く」において『する』と答えた者の方がセルフエスティーム平均値は有意に高く (p<0.01~0.001), 一方, 「マンガを読む」, 「とくに何もせずにごろごろする」, 「お店・書店で過ごす」, 「ゲームセンターで過ごす」において『する』と答えた者の方がセルフエスティーム平均値は有意に低かった (p<0.05~0.001)。学年ごとにみたところ, 4年生では「外で身体を動かす」, 「家族や友人などと会話をする」 (p<0.01) において『する』と答えた者の方がセルフエスティーム平均値は有意に高く, 「とくに何もせずにごろごろする」において『する』と答えた者の方がセルフエスティーム平均値は有意に低かった (p<0.05)。5年生では「外で身体を動かす」, 「勉強・宿題・読書をする」, 「家族や友人などと会話をする」, 「スポーツ少年団・クラブに行く」において『する』と答えた者の方がセルフエスティーム平均値は有意に高く (p

表3 学年ごとにみた放課後の遊び相手のセルフエスティーム平均値と標準偏差

項目	4年生	5年生	6年生	全体
	M ± SD	M ± SD	M ± SD	M ± SD
同学年と遊ぶ	10.74 ± 3.25	10.56 ± 3.41	9.38 ± 3.50	10.22 ± 3.44
遊ばない	10.00 ± 2.95	8.90 ± 3.03	9.59 ± 4.06	9.51 ± 3.22
異学年と遊ぶ	10.29 ± 3.10	10.88 ± 3.38	10.23 ± 3.42	10.46 ± 3.30
遊ばない	10.72 ± 3.23	9.91 ± 3.37	8.93 ± 3.55	9.89 ± 3.45
異学校の人と遊ぶ	11.74 ± 3.28	10.07 ± 3.69	8.89 ± 3.70	10.25 ± 3.69
遊ばない	10.48 ± 3.17	10.23 ± 3.39	9.44 ± 3.55	10.07 ± 3.39
きょうだいと遊ぶ	10.92 ± 3.18	9.69 ± 3.57	9.91 ± 3.48	10.26 ± 3.43
遊ばない	10.17 ± 3.16	10.58 ± 3.24	9.06 ± 3.57	9.95 ± 3.39
親と遊ぶ	11.44 ± 3.26	10.25 ± 3.20	7.75 ± 3.66	10.29 ± 3.57
遊ばない	10.51 ± 3.18	10.22 ± 3.41	9.45 ± 3.55	10.08 ± 3.40
ひとりで遊ぶ	10.43 ± 3.40	9.91 ± 3.42	9.12 ± 3.35	9.82 ± 3.42
遊ばない	10.63 ± 3.08	10.54 ± 3.36	9.59 ± 3.69	10.28 ± 3.39

t-test \*p<0.05 \*\*p<0.01 \*\*\*p<0.001

表4 学年ごとにみた放課後の過ごし方のセルフエスティーム平均値と標準偏差

項 目	4 年 生		5 年 生		6 年 生		全 体	
	M	± SD	M	± SD	M	± SD	M	± SD
外で身体を動かす	する	10.75 ± 3.18	10.64 ± 3.24	9.54 ± 3.50	10.34 ± 3.34			
	しない	9.14 ± 2.95	8.68 ± 3.55	8.64 ± 3.79	8.79 ± 3.47			
テレビを見る・音楽を聞く	する	10.80 ± 2.91	10.36 ± 3.40	9.35 ± 3.58	10.15 ± 3.37			
	しない	10.01 ± 3.72	9.82 ± 3.38	9.67 ± 3.47	9.87 ± 3.53			
勉強・宿題・読書	する	10.55 ± 3.35	10.91 ± 3.37	9.82 ± 3.55	10.49 ± 3.43			
	しない	10.60 ± 2.78	8.64 ± 2.92	8.87 ± 3.51	9.32 ± 3.23			
マンガを読む	する	10.42 ± 3.15	9.88 ± 3.52	9.25 ± 3.62	9.79 ± 3.49			
	しない	10.71 ± 3.23	10.81 ± 3.10	9.89 ± 3.32	10.58 ± 3.21			
テレビゲーム	する	10.51 ± 3.00	10.21 ± 3.48	9.41 ± 3.56	10.02 ± 3.40			
	しない	10.62 ± 3.39	10.24 ± 3.28	9.38 ± 3.55	10.18 ± 3.42			
塾や習い事に行く	する	10.27 ± 3.34	10.30 ± 3.18	10.14 ± 3.62	10.25 ± 3.35			
	しない	10.80 ± 3.05	10.14 ± 3.63	8.87 ± 3.42	9.95 ± 3.45			
家族や友人などと会話	する	11.39 ± 3.37	10.73 ± 3.37	9.56 ± 3.98	10.56 ± 3.64			
	しない	10.15 ± 3.02	9.88 ± 3.38	9.30 ± 3.27	9.80 ± 3.23			
スポーツ少年団・クラブに行く	する	11.01 ± 3.25	11.09 ± 3.40	9.76 ± 3.27	10.62 ± 3.35			
	しない	10.35 ± 3.14	9.76 ± 3.32	9.17 ± 3.71	9.80 ± 3.41			
楽器を演奏する・絵を描く	する	10.78 ± 3.16	10.32 ± 3.47	9.00 ± 3.80	10.18 ± 3.49			
	しない	10.48 ± 3.20	10.18 ± 3.38	9.49 ± 3.50	10.05 ± 3.38			
おやつを食べる	する	10.47 ± 3.43	9.79 ± 3.18	9.17 ± 3.54	9.87 ± 3.41			
	しない	10.59 ± 3.12	10.33 ± 3.45	9.45 ± 3.56	10.14 ± 3.41			
とくに何もせずにごろごろする	する	9.63 ± 2.75	8.51 ± 2.58	8.60 ± 3.17	8.91 ± 2.90			
	しない	10.75 ± 3.24	10.54 ± 3.44	9.63 ± 3.63	10.35 ± 3.46			
お店・書店で過ごす	する	11.06 ± 2.70	8.56 ± 2.74	8.09 ± 3.50	8.65 ± 3.33			
	しない	10.53 ± 3.22	10.44 ± 3.42	9.84 ± 3.47	10.31 ± 3.37			
児童センターなどの施設で遊ぶ	する	10.67 ± 2.82	11.30 ± 4.10	9.71 ± 3.85	10.61 ± 3.53			
	しない	10.54 ± 3.26	10.09 ± 3.29	9.36 ± 3.53	10.01 ± 3.38			
コンビニエンスストアで過ごす	する	11.92 ± 3.17	9.37 ± 3.24	9.19 ± 3.64	9.86 ± 3.54			
	しない	10.50 ± 3.18	10.28 ± 3.41	9.42 ± 3.55	10.10 ± 3.40			
図書館で過ごす	する	9.94 ± 3.09	9.26 ± 3.33	10.00 ± 4.11	9.67 ± 3.44			
	しない	10.60 ± 3.20	10.30 ± 3.40	9.36 ± 3.52	10.11 ± 3.41			
ゲームセンターで過ごす	する	8.67 ± 2.74	7.33 ± 4.93	9.00 ± 2.45	8.65 ± 2.82			
	しない	10.62 ± 3.19	10.25 ± 3.38	9.41 ± 3.60	10.12 ± 3.41			

t-test \*p<0.05 \*\*p<0.01 \*\*\*p<0.001

<0.05~0.001), 「マンガを読む」, 「とくに何もせずにごろごろする」, 「お店・書店で過ごす」において『する』と答えた者の方がセルフエスティーム平均値は有意に低かった (p<0.05~0.001)。6年生では「勉強・宿題・読書をする」, 「塾や習い事に行く」において『する』と答えた者の方がセルフエスティーム平均値は有意に高く (p<0.05~0.01), 「とくに何もせずにご

ろごろする」, 「お店・書店で過ごす」において『する』と答えた者の方がセルフエスティーム平均値は有意に低かった (p<0.05~0.001)。

#### Ⅳ. 考 察

##### 1. 放課後の生活

対象児全体の60%以上が放課後は同学年と遊び, 外で身体を動かしたり, テレビを見たり音

楽を聞いたり、勉強・宿題・読書をしたり、マンガを読んだり、テレビゲームをしたりして過ごしていた。これは児童生徒の健康状態サーベイランス<sup>5)</sup>における調査結果とおよそ一致するものであった。

放課後の生活を性別ごとに学年間比較すると、遊び相手においては、男女ともに4年生ではきょうだいと、5年生ではひとりで、6年生では同学年と遊ぶ者が多かった。これは、親しい友だちとの友人関係に関しては、中学入学前後にサポート提供者が家族から親しい友だちに移行し<sup>6)</sup>、中学・高校生よりも学童では親や教師に比べて友人のサポートの比重が大きくなる<sup>7)</sup>ことから、学年が上がるにつれて遊び相手がきょうだいから仲間へと移行していたのではないかと考えられる。

放課後の過ごし方においては、男子よりも女子の方が学年間で有意差がみられた項目数が多かった。このことから、男子では学年が異なっても遊ぶ内容に大きな違いはみられず、一方、女子では学年によって遊ぶ内容が大きく異なっていることが明らかとなった。そこで、性別ごとに詳しくみてみると、男子では、同学年とテレビゲームをしたり、マンガを読んだり、お店や書店で過ごしたりする者が6年生に多かった。一方、女子では、同学年とテレビを見たり、音楽を聞いたり、マンガを読んだり、テレビゲームをしたり、お店・書店やコンビニエンスストアで過ごしたり、とくに何もせずにごろごろしている者は6年生に多かった。また、きょうだいやひとりで、外で身体を動かしたり、勉強・宿題・読書をしたり、楽器演奏や絵を描いたりする者は4・5年生に多かった。このことから、きょうだいやひとりで知識を得たり、生産的な遊びや過ごし方をしたりしていたのが、学年が上がるとともに、同学年と非活動的で必ずしも人とのコミュニケーションを必要としない閉鎖的な遊びをするようになる傾向があることがわかった。これは、学童後期のとくに高学年において、価値観が似ていて言葉遣いや服装なども含め日頃の行動をとともにしている仲間に対して、暗黙のうちに同調しなければならぬというピア・プレッシャーを感じてしまう<sup>8)</sup>ことから、ピア・プレッシャーを軽減する

ために仲間との共通した知識を得ることが必要となり、その結果、高学年では情報源としてテレビや音楽、マンガ、テレビゲームで遊ぶ者が多くなるのではないかと考えられる。しかし、テレビ視聴やテレビゲーム実施時間の長さや疲労や不定愁訴などの自覚症状と関係する<sup>9)10)</sup>ことや、就寝時刻が遅れてしまう理由にテレビ・ビデオ・マンガ・ゲームをして遊んでいたこと<sup>11)</sup>が報告されている。したがって、学年や性別によって異なる放課後の生活の特徴を踏まえた上で、テレビを見たり、テレビゲームをしたりするときは時間を決めて遊ぶ必要があることを児童に伝えていくことが大切であると考えられる。

## 2. セルフエスティーム

セルフエスティームを測定しようとした研究はこれまでに数多くなされている<sup>2)</sup>が、セルフエスティームの測定がわが国において妥当であることの論証がなく、標準化された特定の測定尺度が確立していないのが現状である。セルフエスティームの概念は複雑でとらえにくく、この感情は個人によって常に一定していない<sup>2)</sup>。本研究で用いたPopeらの尺度は心理測定法の標準テストとしての妥当性は示されていない<sup>3)</sup>が、学童中期以上のセルフエスティームを多角的にとらえようとする場合に有用である。また、この尺度は学童期や思春期を対象にした研究で比較的用いられていることから、今回われわれはPopeらの尺度を用いてセルフエスティームの状態をアセスメントした。

### 1) 属性とセルフエスティーム

属性とセルフエスティーム平均値との関連では、性差は認められず、学年のみ有意差が認められた。先行研究<sup>12)~15)</sup>では、セルフエスティームの測定には児童用セルフエスティーム尺度を、全般的セルフエスティームの測定にはRosenbergの尺度を用いており、性差や学年差のあらわれ方が各研究によって異なっていた。この要因の一つとして、各研究で用いられている測定尺度が異なることがあげられるのではないかと考えられる。また、横断研究や縦断研究といった時間的な研究デザインの違い、さらに各研究における対象者の地域特性も影響してい

るのではないかと考えられる。

本研究では、セルフエスティーム平均値は4年生、5年生に比べて6年生の方が低かった。川畑ら<sup>14)16)</sup>の研究では学年が進むにつれてセルフエスティームは低下しており、本研究でもその傾向がみられた。学童後期は、急激な身体的変化とともに、自己と他人との関係に敏感になる時期であり、本人の意志とは無関係におこる思春期に向けてのさまざまな変化が精神面に大きな影響を与えている<sup>17)18)</sup>。学年が上がるにつれてセルフエスティームが低下することには、このような学童後期の発達プロセスの特徴が関係しているのではないかと考えられる。今後、学童後期が身体的にも精神的にも不安定になりやすい前思春期という時期であることも踏まえて、児童のセルフエスティームの変化と特徴を検討していく必要があると考えられる。

## 2) 放課後の生活とセルフエスティーム

放課後の生活とセルフエスティーム平均値との関連を学年ごとにみたところ、4年生ではきょうだいと外で身体を動かしたり、家族や友人などと会話をしたりするの方がセルフエスティームは高かった。また、5年生では同学年、異学年と外で身体を動かしたり、勉強・宿題・読書をしたり、家族や友人などと会話をし、スポーツ少年団・クラブに行くの方がセルフエスティームは高く、6年生では異学年と勉強・宿題・読書をしたり、塾や習い事に行くの方がセルフエスティームは高かった。一方、4・5・6年生ともに、とくに何もせずにごろごろしているの方がセルフエスティームは低く、5・6年生ではお店・書店で過ごすの方が、また、5年生ではきょうだいとマンガを読むの方がセルフエスティームは低かった。

学童後期にとってセルフエスティームは生活の中での経験から形成され、子どもたちが自信を持ち意欲的な生活を送るためには重要なもの<sup>3)</sup>である。また、セルフエスティームが高いことは、自分自身を「好ましい人間」と感じ、自分の行動を積極的に「価値あるもの」として評価していること<sup>2)</sup>である。本研究では、4・5・6年生全体を通して、放課後は何もせずにごろごろしている者よりも、だれかと一緒に勉強・読書や会話をしたり、身体を動かしたりし

て過ごす者の方がセルフエスティームは高かった。したがって、今後、さらに児童の放課後の生活を具体的に知ることで、セルフエスティームの状態をより把握することができるのではないかと考えられる。

本研究は、A県における3小学校を対象にした横断的研究であり、放課後の生活とセルフエスティームとの因果関係の方向性に関する結論は得られていない。また、今回は放課後の生活に焦点をあててセルフエスティームとの関連を検討したが、セルフエスティームの形成には、それ以外にも日々の生活習慣や対象の地域特性などさまざまな要因が複雑に関連していると考えられる。学童後期の子どもたちがより良好なセルフエスティームを形成し、日々の生活を意欲的に営んでいくためには、今後、学童後期のセルフエスティームに関連する要因を明らかにしていくことが課題であると考えられる。そして、児童のセルフエスティームを高めるために、その要因を改善できるような健康教育を行うなどの働きかけが必要ではないかと考えられる。

本研究に理解を示し調査にご協力いただきました学校関係者および児童と保護者の皆様に深く感謝し、心よりお礼申し上げます。

本論文の要旨は第51回小児保健学会(2004年、盛岡市)にて発表した。

## 文 献

- 1) 小川博久. 子どもの遊びと環境の変化. 環境情報科学 1998; 27(3): 20-24.
- 2) 遠藤辰雄, 井上祥治, 蘭 千壽. セルフ・エスティームの心理学 自己価値の探求. 初版 京都: ナカニシヤ出版, 1992; 12: 168-228.
- 3) 高山 巖監訳. 自尊心の発達と認知行動療法—子どもの自信・自立・自主性をたかめる—. 初版 東京: 岩崎学術出版社, 2002: 2-52, 207-212.
- 4) 文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課. 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査報告書. 2002.
- 5) 財団法人 日本学校保健会. 平成14年度児童生徒の健康状態サーベイランス事業報告書. 2004.
- 6) 尾見康博. 子どもたちのソーシャル・サポート・ネットワークに関する横断的研究. 教育心理学

- 研究 1999;47:40-48.
- 7) 中村美保, 兼松百合子, 横田 碧, 他. 慢性疾患患児と健康児のソーシャルサポート. 日本看護科学会誌 1997;17(1):40-47.
  - 8) 向井隆代. 第9章 友だちと仲良くなりたい. 桜井茂男, 濱口佳和, 向井隆代著. 子どものこころ—児童心理学入門. 初版 東京:有斐閣アルマ, 2003:156-157.
  - 9) 光岡攝子, 堀井理司, 大村典子. 学童の自覚的疲労症状と生活要因との関連. 保健の科学 2002;44(2):155-160.
  - 10) 前田 清. 中学生の自覚症状と生活習慣. 小児保健研究 2002;61(5):715-722.
  - 11) 城戸融子, 関 秀俊. 遅い就寝時刻に対する児童本人と保護者の認識. 小児保健研究 2004;63(3):311-317.
  - 12) 山下文代. 表出性ならびに不表出性攻撃と抑うつ反応およびセルフ・エスティームの関連. 学校保健研究 2002;44:249-257.
  - 13) 村松常司, 佐藤和子, 鎌田美千代, 他. 小学生の健康習慣とセルフエスティームに関する研究. 教育医学 2000;45(4):832-846.
  - 14) 川畑徹朗, 西岡伸紀, 春木 敏, 他. 思春期のセルフエスティーム, ストレス対処スキルの発達と喫煙行動との関係. 学校保健研究 2001;43:399-411.
  - 15) 近森けいこ, 川畑徹朗, 西岡伸紀, 他. 思春期のセルフエスティーム, ストレス対処スキルと運動習慣との関係. 学校保健研究 2003;45:289-303.
  - 16) 川畑徹朗, 島井哲志, 西岡伸紀. 小・中学生の喫煙行動とセルフエスティームとの関係. 日本公衆衛生雑誌 1998;45(1):15-26.
  - 17) 平野美幸, 福地麻貴子, 岩崎美和, 他. 発達理論に基づく子どもの理解・3 学童期. 小児看護 2003;26(11):1569-1576.
  - 18) 福地麻貴子, 岩崎美和, 佐藤朝美, 他. 発達理論に基づく子どもの理解・4 思春期. 小児看護 2003;26(12):1695-1703.