

国内における幼児を対象とした ソーシャルスキルトレーニング研究の動向 － 保育内容（人間関係）とのつながり －

清水 陽香

(西九州大学短期大学部 幼児保育学科)

(令和3年1月15日受理)

Trends in Social Skills Training Research for Young Children in Japan: Links to childcare contents (human relationships)

Haruka SHIMIZU

(*Department of Early Childhood Education and Care, Nishikyushu University Junior College*)

(Accepted January 15, 2021)

Abstract

In early childhood, it is important for children to acquire the ability to form and maintain appropriate relationships with others. In psychology, knowledge and skills for smooth interpersonal relationships are called social skills, and it has been clarified that social skills have various effects on psychosocial adjustment of people. In Japan, many social skills training programs have been conducted to enhance social skills. In this paper, the research findings on social skills training for young children in Japan are reviewed. Then, the relationship between childcare contents (human relationships), which is one of the five areas of early childhood education, and social skills and social skills training is discussed.

Key words: ソーシャルスキルトレーニング (SST) social skills training (SST)
保育内容 (人間関係) childcare contents (human relationships)

I. 幼児期におけるソーシャルスキルの重要性

ソーシャルスキルとは、対人関係を円滑に運ぶための知識と具体的な技術やコツの総称である¹⁾。相川・佐藤²⁾は、基本的なスキルとして、挨拶や自己紹介といった関係開始スキル、仲間の誘い方といった関係維持スキル、上手な頼み方、断り方といった主張性スキル、謝る、怒りをコントロールするといった問題解決スキルの4つを挙げている。

個人が高いソーシャルスキルを持つことは、他者との関係を良好にし、得られるソーシャルサポートの量を増加させ、抑うつ³⁾の低下につながることで繰り返し示されている³⁾。特に児童期・青年期においては抑うつと対人関係上の問題との関連が数多く指摘されており、児童期の抑うつにおける対人モデルも提唱されている⁴⁾。前述の通り、ソーシャルスキルは対人関係の良好さに直結する要因であり、対人関係は子どもの心理社会的適応に強く影響する。加えて、訓練によって習得が可能であるという点から⁵⁾、ソーシャルスキルは子どもの適応を高めるための介入プログラムにおいて主要なターゲットとされてきた。ソーシャルスキルを高めるための介入プログラムを、ソーシャルスキルトレーニング (Social Skills Training; 以下 SST) という。

SSTでは、一般に次の5つのステップでソーシャルスキルの指導を実施する⁶⁾。まず、適切な行動を言葉や絵などを用いて直接説明する「教示」が与えられる。次に、SST実施者や、SSTを受けている対象者に年齢や環境的に近い他者が適切な行動をとる場面を見せる「モデリング」がある。続いて、対象者がその行動をやってみる「リハーサル」を行う。ここでは、ロールプレイングなど、適当な場面を設定して、実際にスキルを使用してみることになる。そして、リハーサルでの行動を振り返り、良かった点を認めたり修正点を伝えたりする「フィードバック」が指導者や他の参加者から与えられる。最後に、その行動をどのような時間、場所、相手であってもできるようにする「般化」のための工夫が行われる。こうしたステップを通じて、対象者は社会的な場面での適切なふるまい方を学習し、使用することができるようになる。

SSTは、これまで小学校から高校にかけての児童・青年期を対象としたものが多かった。これは、子どものうつ病が学業不振や将来の自殺リスクの増加などの社会的不適応を引き起こす⁷⁾、高校生においてカットオフ値以上の抑うつを示す生徒が30%以上おり、推定うつ病有病率は6.0～6.5%にのぼる⁸⁾、小学校4年生から中学校1年生においてもうつ病の診断基準を満たす割合が1.5%である⁹⁾、といった状況を受け、うつ病予防のための早期の取り組みの重要性が指摘されてきたことによる¹⁰⁾。実際、小中学生や高校生を対象としたSSTによっ

て、抑うつ¹¹⁾¹²⁾の予防効果が実証されている。一方で、就学前の幼児を対象としたSSTに関する知見は多くない。この理由として、幼児期には言語能力といった知的能力が未発達であることや、幼児期における支援がその後のうつ病リスクを低減することを示す基礎的なデータの不足が指摘されている¹³⁾。

しかし、幼児期のソーシャルスキルが幼児の心理社会的適応と関連することは、これまでも多くの研究で明らかになっている。例えば、仲間から人気の高い幼児は、仲間から拒否されやすい幼児に比べて他者からの働きかけに適切に反応し、フィードバックをするといったソーシャルスキルが高い¹⁴⁾。また、子どもの問題行動とソーシャルスキルとの関連も指摘されている¹⁵⁾。さらに、松原¹³⁾は、幼児期のソーシャルスキルが児童期のソーシャルスキルを媒介して抑うつ¹³⁾の低減に寄与することを示した。

これらの実証的な知見に加えて、幼児教育において、対人関係は重要な要素とされている。このことは、国の幼児教育における指針を示した保育所保育指針¹⁶⁾、幼稚園教育要領¹⁷⁾、幼保連携型認定こども園教育・保育要領¹⁸⁾ (以下3法令)において、5領域の1つとして「人間関係」が挙げられていることから読み取れる。さらに、上記3法令に共通して記述されている「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」には、「協同性」や「言葉による伝え合い」などが含まれており、本邦の幼児教育の目標として、他者とのかかわる力を身につけ、伸ばしていくことが求められていることがわかる。

以上の点をふまれば、幼児期においてもソーシャルスキルに着目した教育を行うことは、子どものその後の発達、特に心理社会的適応を向上させることに役立つと考えられる。その際には、ソーシャルスキルとの関連が深いと考えられる保育内容 (人間関係) との関係性を考慮し、その中でどのようにソーシャルスキルを扱うことができるかを検討する必要があるだろう。そこで本稿では、国内における幼児を対象としたSSTに関する研究知見を概観し、保育内容 (人間関係) とソーシャルスキル、SSTとの関係について考察する。

II. 特定の個人を対象としたSST

SSTには、ソーシャルスキルに課題があると思われる特定の子どもを対象とするものと、さまざまなスキルレベルの子どもを含む、クラス等の集団全体を対象とするものがある。ここではまず、特定の子どもを対象としたSSTについて見ていく。

半田・平嶋・野呂¹⁹⁾は、自閉症スペクトラム障害 (Autism Spectrum Disorder; 以下 ASD) を持つ4歳女児を対象にSSTを実施した。この研究では、SST実

施前に対象児の保護者にインタビューを実施し、問題となる行動とその行動が持つ機能を分析する機能的アセスメントを行うことで、SSTを通して身につけることを目指す標的行動を決定した。具体的には、物の貸し借りをする場面でのトラブルが多いことから、貸し借りのスキルを身につけることを目指した。対象児に対して隔週30分、大学の相談室でのSSTを6回実施し、さらに6回目の3か月後にフォローアップを行った。また、日常生活でもスキルが維持されるように、保護者に対して対象児がスキルを使用した際には褒めるなどの社会的強化子を与えることを求めていた。以上の取り組みの結果、対象児はSST場面以外での日常生活においても、貸し借りのスキルを自発的に遂行するようになり、他児とトラブルになることも減ったという結果が得られた。

磯部・江村・越中²⁰⁾は、関係性攻撃を示す年中女児に対するSSTを行った。関係性攻撃とは、幼児期から出現する、無視や仲間外れにするなど仲間関係を操作することによって他者を攻撃する行動で、身体的・言語的攻撃とは区別される²¹⁾。磯部らは、対象児の自由遊び場面での行動を観察し、自分から仲間を遊びに誘ったり、すでに進んでいるやりとりに入ることができない、気に入らない仲間の発言や存在を無視するといった問題行動を特定した。それらをふまえ、仲間入りスキルと、他者の呼びかけに適切に答える規律性スキルを標的行動とした。

磯部らの介入では、対象児単独ではなく、協力児2名(年少児と年長児)と一緒にSSTが実施された。これは、SST内でのリハーサルとフィードバックにおいて、子ども同士のやりとりを行うことで、習得されたスキルの般化と維持を促すためであった。介入は保育園の自由遊び時間の中で別室にて実施された。また、リハーサルにおいて適切なスキルを実行できたら1日に1つビーズを与え、10個集めるとネックレスと交換できるという、トークンによる強化も行われた。介入は全体で10回実施され、前半で仲間入りスキルの学習、後半で規律性スキルの学習を行った。さらに、個別SSTの期間中に2度、自然場面へのスキルの般化を目的とし、園全体を対象とした集団SSTも実施された。以上の取り組みの結果、保育者による評価における対象児の関係性攻撃の頻度は低減し、仲間入りスキルおよび規律性スキルは改善した。加えて、協同的な遊びの割合も増加した。

以上の研究は、ASDと関係性攻撃と、具体的な問題の内容は異なるものの、いずれも対人関係に課題のある幼児を対象にSSTを実施した実践事例である。特定の子どもに対するSSTの結果、対象児のスキルの改善や他の子どもたちのとの関係の改善において一定の効果を示している。個別のSSTを行う場合には、対象となる幼児の様子を観察したり、保護者や保育者から情報を得

ることを通して、その幼児個人に特化した問題行動と標的行動を同定できる点にメリットがあると考えられる。一方で、大学の相談室への来室や、自由遊びの中で別室を利用するなど、SSTを行うための場所や時間、実施者の設定といったコストが大きいことも事実である。

Ⅲ. 集団を対象としたSST

次に、特定の個人ではなくクラス等の集団を対象とした、幼児に対するSSTに関する知見を概観する。集団でのSSTは、前述のコストの低減につながるだけでなく、子どもたちのその後の心理社会的適応の悪化を防ぐ、予防的な介入としての重要性が指摘されている²²⁾。

岡村・金山・佐藤・佐藤²³⁾は、6学級78名の幼児を対象に集団SSTを実施した。この研究では、SST実施前のソーシャルスキルの程度によって、SSTの効果がどのように異なるかが検討された。事前の保育者との面談に基づいて、仲間入りスキル、あたたかい言葉かけ、応答スキルがターゲットスキルとして同定された。介入では、各保育室において学級ごとに集団SSTを実施し、その後自由遊びの中でSSTを行うという手続きが繰り返された。自由遊びの中でのSSTは、効果の般化を促進するための手続きであった。2週間にわたって6～8回のセッションが実施され、結果として事前のスキルが低かった幼児および中程度であった幼児において、行動観察における協調的行動の増加が認められた。集団に対するSSTが、元々スキルの低い幼児だけでなくすでにある程度のスキルを獲得している幼児に対しても有効であることが示された。

また、清水²⁴⁾は、幼児26名を対象に、集団SSTの長期効果を検討した。岡村ら²³⁾と同様のスキルをターゲットとし、保育室における集団SSTと自由遊び場面でのSSTを繰り返す手続きをとった。加えて、保育活動の中でスキルを使用するゲームを行った。さらに長期効果の検討のため、SST実施から1年後に再度対象となった幼児のソーシャルスキルを行動観察と保育者評定によって測定した。その結果、SST直後には幼児の社会的スキル得点、協調行動ともに増加し、1年後にはさらにスキルが向上していることが明らかになった。

さらに、高橋・松原・佐藤²⁵⁾は、それまでの国内の幼児に対する集団SSTに関して、サンプルサイズが小さいためにその有効性が十分に確認できていないこと、問題行動の低減にまでつながっていないことを指摘した。その上で、309名の幼児を介入群、971名の幼児をSSTを受けていない標準群として、介入前後の群間のソーシャルスキルを比較することで集団SSTの効果を検討した。ここでは、幼稚園教諭および保護者がトレーナーとなり、おおむね1か月に1回の頻度で計6セッション

ンが行われた。ターゲットスキルとしては、上手な話の聴き方、優しい言葉をかける、よいところをほめる、道具の借り方、優しい頼み方、友だちの気持ちに気づいた時の言葉、の6つが選定された。

SSTの結果、介入群において介入前後でソーシャルスキルが向上し、問題行動は低減した。また、SST実施前には介入群のソーシャルスキルは標準群よりも有意に低かったが、実施後には標準群と同程度もしくは標準群よりも高くなっていった。加えて問題行動についても、介入前には介入群の方が標準群よりも高かったが、外在化問題行動に関しては介入後には標準群と差がなくなり、内在化問題行動は標準群より高いままではあったものの、介入前に比べると有意に改善していた。

高橋らの研究は、国内において初めて大規模なサンプルで、SSTを受けていない標準群との比較によって集団SSTの有効性を実証したものである。ただし、この研究では標準群は介入前後で同じサンプルではなく、介入群が縦断データであるのに対して標準群は横断データとなっている。また、介入群はSST実施前の時点で標準群よりもスキルが低く、問題行動も多かった。したがって、もともと標準的なスキルを持つ幼児などへの有効性については今後の検討が必要であると述べられている。

以上のように、限界点やさらなる検証が求められる点はあるものの、幼児に対する集団SSTの有効性はある程度実証的に示されてきていると考えられる。

IV. 保育内容（人間関係）とソーシャルスキル、SST

Iでも述べた通り、適切に他者とのかかわる力を身につけることは、本邦の幼児教育においても主要な目標の1つとされている。またここまで述べてきたように、SSTは幼児の他者とのかかわる力を直接的に伸ばすための有効な手立ての1つとして考えられる。ソーシャルスキルを身につけることは、幼児のその後の心理社会的適応を高めることにも寄与する。幼児教育の中でも、保育内容（人間関係）が領域の1つとして取り上げられている以上、子どもが他の子どもたちと関係を持つ上で、どのような力を持っているのか、どのような力が不足しているのかという視点は、子ども理解において重要であるだろう。

保育内容（人間関係）におけるソーシャルスキルおよびSSTの位置づけを検討した研究として、本田の研究²⁶⁾がある。本田は、3法令における保育内容（人間関係）のねらい、内容、内容の取扱いの記述を用いて計量テキスト分析を実施し、単語の出現回数を算出した。そして、出現パターンに似通った語、すなわち同時に使用されている（同段落内に出現している）頻度の高い語を探るため、共起ネットワークを作成した。分析の結果、「体験」「関係」「信頼」という語がその他の多くの語を媒介してお

り、保育内容（人間関係）において重要な側面であると捉えられた。これらの語が出現する記述内容から、本田は「保育内容（人間関係）の中では教師との信頼関係を基盤として幼児の多様な体験を保障し、体験の中で葛藤をも乗り越えることで他者との信頼感が醸成される」という、信頼感と葛藤体験の循環という考え方を読み取っている。その上で本田は、これらの語とSST（本田の研究においては「ソーシャルスキル教育」という単語が使用されている）との関連を以下のように考察している。

「保育者は、幼児が特定のソーシャルスキルを反復練習できる環境を設定し、その中で幼児はソーシャルスキルを求められる（葛藤）状況を体験し、ソーシャルスキルを使用することでその状況を乗り越える経験を重ねることになる。…（中略）…また、幼児のソーシャルスキルに対する細やかなフィードバック（保育者からの注目や承認、賞賛など）を通して、幼児が保育者に対してさらに信頼感を高めることにつながると思われる。」

さらに本田は、保育内容（人間関係）の記述内容と、基本的な4つのソーシャルスキルとの対応を示している。ここでは、ねらいや内容、内容の取扱いの多くがスキルのいずれかと対応しており、特に関係維持スキルと問題解決スキルが多いことが示された。仲間に声をかける、仲間入りをするといった関係維持スキルや、きちんと謝るといった問題解決スキルは、使用すべき場面が幼児教育の中で多く発生し、保育者が子ども同士の関係を発展させる上でも重要な側面であると本田は指摘している。

このように、現在の本邦の幼児教育の指針となっている3法令における保育内容（人間関係）の内容は、ソーシャルスキルの考え方と対応する部分が多い。そして、心理学領域において、ソーシャルスキルが個人の心理社会的影響に及ぼす影響や、SSTの効用、具体的な実施方法に関する知見は数多く蓄積されている。幼児期のSSTに関する知見は、児童期・青年期に比べれば多くはないが、一定の実証的な知見も出てきつつある。したがって、幼児教育においても、子どもを理解する視点としてソーシャルスキルは有効に活用できるのではないかと考えられる。

しかし、実際には幼児教育の現場においてソーシャルスキルという観点からの子どもへのかかわりが行われることは多くない。幼児教育とソーシャルスキルが結びつきにくい理由の1つとして、幼児教育では、（保育者が設定した環境内ではあるものの）生活や遊びの中で自然に発生する場面を通して子どもの様々な力を伸ばすことを目指す一方で、SSTではソーシャルスキルを伸ばすために特別な時間と介入を設定するという手法の乖離があるのではないかと考えられる。また、ソーシャルスキルおよびSSTに関する知見が、幼児教育の現場におい

て十分に周知されていない可能性もある。

本稿で概観してきた SST 研究においても、そのほとんどが、心理学の専門家が保育所や幼稚園に出向いて集団 SST を実施する、もしくは大学の相談機関や、保育時間の中で別室を利用して個別に SST を実施するという形式であった。心理学の専門家は、SST の理論や子どもの臨床的問題に関する知識、またその実践の専門家ではあるが、一方で保育者は、子どもを観察し、また子どもと実際にかかわりながら、それぞれの子どもを様々な側面から理解し、発達を援助する専門家である。本田²⁶⁾の考察からも示唆されるように、その側面の中には、ソーシャルスキルという考え方と対応する部分も多々あることが推察される。加えて、SST で重視される、子どもの行動に対するフィードバックや、般化のための生活内でのスキル使用機会の設定は、子どもと日常にかかわる保育者だからこそ行いやすいのではないだろうか。

実際、Ⅲで述べた高橋らの研究²⁵⁾では、幼稚園教諭や保護者といった、子どもと日常にかかわる機会の多い大人が指導者となって集団 SST を実施している。そして、介入群のスキルが向上し、問題行動が低減したことについて、SST の知識を持った担任と過ごすことで日常の保育活動の中でもスキル実行時のフィードバックの機会が多かったのではないかと考察されている。

したがって、まずは保育者がソーシャルスキルという視点を持ち、保育の中でその視点からも子どもを理解することができるようになれば、心理学において蓄積されてきた知見を現場でより有効に活かすことができると考えられる。そのためには、保育者養成のカリキュラムの中でもソーシャルスキルおよび SST について学習する機会を持つことが重要である。特に、ソーシャルスキルと対応する内容の多い保育内容（人間関係）にかかわる講義の中であれば、そうした学習の機会を作りやすいのではないだろうか。今後は、保育内容（人間関係）の中で具体的にどのようにソーシャルスキルおよび SST にかかわる知見を取り上げるか、また幼児教育の現場で活用しやすい SST の手法について、現場と養成機関、研究者とが連携して検討していく必要がある。

V. 引用文献

- 1) 佐藤正二：実践！ソーシャルスキル教育 幼稚園・保育園（2015）（図書文化）
- 2) 相川 充・佐藤正二：実践！ソーシャルスキル教育 中学校（2006）（図書文化）
- 3) Segrin, C. & Rynes, N. K. : The mediating role of positive relations with others in associations between depressive symptoms, social skills, and perceived

- stress. *Journal of Research in Personality*, 43, 962-971 (2009)
- 4) Rudolph, K. D., Flynn, M., & Abaied, J. L. : A developmental perspective on interpersonal theories of youth depression. In J. R. Z. Abela & B. L. Hankin (Eds.). *Handbook of depression in children and adolescents* (pp. 79-102). (2008) (New York: Guilford Press.)
- 5) 藤枝静暁：子どもを対象としたソーシャルスキル教育の実践研究（2012）（風間書房）
- 6) 上野一彦・岡田 智・森村美和子・中村敏秀：特別支援教育をサポートする 図解よくわかる ソーシャルスキルトレーニング(SST)実例集(2012) (ナツメ社)
- 7) Avenevoli, S., Swendsen, J., He, J.-P., Burstein, M., & Merikangas, K. R. : Major depression in the National Comorbidity Survey-adolescent supplement: Prevalence, correlates, and treatment. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 54, 37-44 (2015)
- 8) 山口裕子・山口日出彦・原井宏明・渡邊亜紀・田中恭子・庄野昌博・弟子丸元紀：高校生における抑うつ群・推定うつ病有病率の3年間の縦断的研究 臨床精神医学、38、209-218 (2009)
- 9) 傳田健三：児童・青年期の気分障害の臨床的特徴と最新の動向 児童青年精神医学とその近接領域、49、89-100 (2008)
- 10) 吉良悠吾・尾形明子・上手由香：高校生の抑うつとソーシャルスキルの関連性の検討—認知過程スキルの調整効果に着目して— 認知行動療法研究、44、137-146 (2018)
- 11) 石川信一・戸ヶ崎泰子・佐藤正二・佐藤容子：中学生に対する学校ベースの抑うつ予防プログラムの開発とその予備的検討 行動医学研究、15、69-79 (2009)
- 12) 堤 亜美：中学・高校生に対する抑うつ予防心理教育プログラムの効果の検討 教育心理学研究、63、323-337 (2015)
- 13) 松原耕平・新屋桃子・佐藤 寛・高橋高人・佐藤正二：幼児期の社会的スキルと問題行動が児童期の社会的スキルと抑うつに及ぼす影響 認知行動療法研究、45、39-50 (2019)
- 14) 姜 信善：社会的地位による幼児の仲間に対するコミュニケーション・スキルの差異—エントリー及びホスト場面からの検討— 教育心理学研究、47、440-450 (1999)
- 15) 金山元春・金山佐喜子・磯部美良・岡村寿代・佐藤正二・佐藤容子：幼児用社会的スキル尺度（保育者評定版）の開発 カウンセリング研究、44、216-226 (2011)
- 16) 厚生労働省：保育所保育指針（2017）（フレーベル館）

- 17) 文部科学省:幼稚園教育要領(2017)(フレーベル館)
- 18) 内閣府・文部科学省・厚生労働省:幼保連携型認定こども園教育・保育要領(2017)(フレーベル館)
- 19) 半田 健・平嶋みちる・野呂文行:自閉症スペクトラム障害のある幼児に対する機能的アセスメントに基づいたソーシャルスキルトレーニングの効果 障害科学研究、38、175-184(2014)
- 20) 磯部美良・江村理奈・越中康治:関係性攻撃を示す幼児に対する社会的スキル訓練 行動療法研究、34、187-204(2008)
- 21) 磯部美良・佐藤正二:幼児の関係性攻撃と社会的スキル 教育心理学研究、51、13-21(2003)
- 22) 石川信一・岩永三智子・山下文大・佐藤 寛・佐藤正二:社会的スキル訓練による児童の抑うつ症状への長期的効果 教育心理学研究、58、372-384(2010)
- 23) 岡村寿代・金山元春・佐藤正二・佐藤容子:幼児の集団社会的スキル訓練—訓練前の特徴に焦点をあてた効果の検討— 行動療法研究、35、233-243(2009)
- 24) 清水寿代:幼児の集団ソーシャルスキルトレーニング—長期効果の検討— 幼年教育研究年報、35、37-44(2013)
- 25) 高橋高人・松原耕平・佐藤正二:幼児に対する集団社会的スキル訓練の効果—標準群との比較— 認知行動療法研究、44、41-51(2018)
- 26) 本田真大:ソーシャルスキル教育の観点からの保育内容(人間関係)の内容分析 北海道教育大学紀要 教育科学編、68、65-74(2018)