

# 子どものレジリエンスを育む絵本・童話 —学生の課題レポート分析から—

The Children's books Enhancing Infant's Resilience  
—Analyzation from Student's Practice—

中塚志麻<sup>\*</sup>  
Shima Nakatsuka

Key words : 特別支援教育・レジリエンス・病弱教育・絵本リスト

## 1 はじめに

レジリエンスは、「回復力」「立ち直る力」等の意味で、「困難で驚異的な状況にもかかわらず、うまく適応する過程・能力・結果」<sup>1)</sup>、「深刻な危険性にもかかわらず、適応的な機能を維持しようとする現象」<sup>2)</sup>等の定義がある。心理学分野のレジリエンス研究は1970年代頃から活発になり、貧困や虐待等劣悪な養環境の中でも良好な適応をしている子どもが存在している報告から注目されるようになった。<sup>3)4)</sup>。とりわけ、Emmy Wernerによるハワイのカウアイ島調査では、対象者の3割が劣悪な環境で育ったにもかかわらず、良好な発達、適応を示しており、親以外の支援者の存在や地域活動の関与の重要性が示されている<sup>5)</sup>。

現代の子ども達を取り巻く環境は、必ずしも恵まれていると言い切ることができない。近年では、子どもの貧困の問題が取り上げられ、児童相談所の児童虐待の相談対応件数（平成26年度）は、88,931件に及ぶ（厚生労働省）<sup>6)</sup>。また、小・中・高・特別支援学校のいじめの認知件数は188,057件（平成26年度）で前年度より2,000件以上増加している（文部科学省）<sup>7)</sup>。さらに若い世代の自殺の問題は深刻であり、15歳から19歳までの群では、自殺が死因順位の第一位となり、年々上昇傾向にある（平成27年版自殺対策白書 内閣府）<sup>8)</sup>。また、劣悪な環境ではなくても、進路や進学、スクールカースト、SNSでの人間関係等、子ども達の多くは多様なストレスに囲まれている。文部科学省は、子どもを取り巻くこのような社会を「変化の激しい社会」と表し、この社会に「生きる力」を育むことを教育の新たな目的の1つとしている。そして、この「生きる力」の1つとして、困難な出来事が生じても、劣悪な環境であっても、乗り越えていく力であるレジリエンスの重要性が取り上げられるようになった。

海外におけるレジリエンス教育は、1990年頃からアメリカ・イギリス・オーストラリア等欧米諸国を中心に実践されている<sup>9)</sup>。中でもオーストラリアの「Bounce Back!」プログラム<sup>10)</sup>は子ども達や教師のメンタルヘルス、幸せ、レジリエンスの向上を共通の目標としたプログラムとして注目されている。このプログラムの中には、レジリエンスを育む絵本・童話リストが紹介されており、実際の教育現場でも活用されている。海外ではこのようにレジリエンス教育プログラムの中で絵本リストが紹介されているが、日本では、まだレジリエンスに関する絵本リストは作成されていない。本研究は教員養成課程の授業を受講した学生達の「レジリエンスを育む絵本」の課題レポートから、本邦で活用できるレジリエンスに関する絵本リストの基礎的資料を作成することを目的とする。

## 2 方法

### 2-1 レジリエンスを育む絵本の定義

「Bounce Back!」プログラムの絵本リストである「Bounce Back! : Picture Story Books 201

\* くらしき作陽大学 子ども教育学部 子ども教育学科

5」に掲載されている絵本や童話は、レジリエンスの要素である9つのユニット①基本的な価値観・②立ち直る人々・③勇気・④物事の明るい面を見る・⑤感情・⑥関係性・⑦ユーモア・⑧いじめはいけない・⑨成功に分類して紹介されている。また、他のレジリエンスを育む絵本リストも同様にレジリエンスの要素を示して絵本リストを作成している<sup>11)12)</sup>。本研究では、子どものレジリエンス研究会が示した「レジリエンスをささえるもの」<sup>13)</sup>(表1参照)をレジリエンスの要素として捉え、これらを含んだ絵本や童話を、レジリエンスを育む絵本と定義づけた。

## 2-2 倫理的配慮

調査前に、本研究が成績と無関係であること、教育と研究以外に使用しないこと等の調査目的と倫理的遵守に関する事項を口頭で説明した。また、提出したレポートを用いて分析すること、研究内容に関して個人を特定しないこと等を説明し、同意が得られた学生のレポートを対象とした。

## 2-3 対象者

本学子ども教育学部子ども教育学科、教職課程に在籍する特別支援教育科目「病虚弱児の教育Ⅰ」の履修登録者(受講生)60名を対象とした。このうち、第10回の講義終了後に指示した課題レポートを提出し、研究に対して同意を得た者(男子学生12名 女子学生39名)計51名を最終分析対象者とした。調査対象時期は、2015年11月である。

## 2-4 対象者が受講している講義

本研究の対象者が受講している授業は、特別支援学校教諭一種免許状(特別支援教育に関する科目)の中で特別支援教育領域に関する科目に分類される「病虚弱児の教育Ⅰ」である。講義形態は90分授業である。

## 2-5 手続き

### ① 課題内容

第10回の講義の最後に、「レジリエンスを育むと思われる絵本を1冊選び、どの場面にレジリエンスの要素が含まれているかを明示して記載せよ」という内容の課題を指示した。

### ② 絵本リストの作成と選出された絵本の分析

学生が選出した絵本・童話の著者を海外と国内に分類し、頻出件数の調査をした。また、特に件数が多く選ばれた絵本・童話に関して内容を分析した。

表1 レジリエンスをささえるもの

元気!	しなやか	へこたれない
<ul style="list-style-type: none"> <li>・体の元気 基本的な生活習慣</li> <li>・感情の調整 セルフ・モニタリング</li> <li>・自尊感情 自己効力感</li> <li>・忍耐力 欲求不満耐性</li> <li>・豊富な直接体験</li> <li>・明朗 笑い</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽観性 プラス思考</li> <li>・コミュニケーション能力 アサーション</li> <li>・つながる力 人と相談する力助けを求める力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コーピングスキル(ストレスへの対処技術) ストレスマネジメント</li> <li>・立ち直れる自信と見通し</li> <li>・夢や目標</li> <li>・生きる意志</li> </ul>

### 3 結果

#### 3-1 学生が選んだレジリエンスを育む絵本・童話

学生が選出した絵本は、27種になり、日本の著作の本が17種、海外のものが10種であった。日本の絵本で件数が多かったものから記すと、1モチモチの木(4人)、アンパンマン絵本(2人)、走れメロス(2人)であった。対して、海外の絵本では、1スイミー(8人)、2おおきなかぶ(7人)と続いた。(表2参照)

表2 学生が選出したレジリエンスを育む絵本・童話

No	タイトル	作者	発行年	出版社	国名	件数
1	おおきなかぶ	A.トルストイ	1998	福音館書店	ロシア	7
2	ヘンゼルとグレーテル	グリム	1983	ホルプ出版	ドイツ	2
3	スイミー	レオ・レオニ	1986	好学舎	アメリカ	8
4	だいじょうぶ だいじょうぶ	いとうひろし	1995	講談社	日本	3
5	サラダでげんき	角野栄子	1992	福音館書店	日本	1
6	モチモチの木	斎藤隆介	1971	岩崎書店	日本	4
7	走れ・メロス	太宰治	2009	ホルプ出版	日本	2
8	もうぬげない	ヨシタケシンスケ	2015	ブロンズ新社	日本	1
9	雨ニモマケズ	宮沢 賢治	1979	岩崎書店	日本	1
10	シンデレラ	グリム	2009	岩崎書店	ドイツ	3
11	ぐるんばのようちえん	西内ミナミ	1966	福音館書店	日本	1
12	ハッピーバースデー 命かがやく瞬間	青木 和雄	1997	金の星社	日本	1
13	あらしのよるに	きむらゆういち	2006	小学館	日本	1
14	葉っぱのフレディーいのちの旅	レオ バスカーリア	1988	童話屋	アメリカ	1
15	わらぐつのなかの神様	高橋 瞳子	2016	岩崎書店	日本	1
16	しょうぼうじどうしゃ じぶた	渡辺 茂男	1966	福音館書店	日本	1
17	あんぱんまん	やなせたかし	1981	フレーベル館	日本	2
18	小公女セーラ	バーネット	2016	小学館	アメリカ	1
20	こんにちは	わたなべしげお	1980	福音館書店	日本	1
21	ぴっぽのたび	刀根 里衣	2014	NHK出版	日本	1
22	うさぎと亀	イソップ	2009	小学館	ギリシャ	1
23	一寸法師	御伽草子・いしいももこ	1965	福音館書店	日本	1
24	ポケットのないカンガルー	エミイ・ペイン	1994	偕成社	アメリカ	1
25	ママがおぼけになっちゃった	のぶみ	2015	講談社	日本	1
26	ぼちぼちいこか	マイク・セイラ	1980	偕成社	アメリカ	3
27	さるかに合戦	日本民話	2008	金の星社	日本	1

#### 3-2 学生が選んだレジリエンスを育む絵本1 「モチモチの木」

##### ① あらすじ

豆太は5歳になるのに、夜に一人で小便に行くことができず、まだ「ジサマ」についていってもらっている臆病な少年である。豆太は、小屋のすぐ前にある大きな木に親しみを感じ、「モチモチの木」と名付けていたが、夜はその木が怖くてしかたがなかった。ある晩、「ジサマ」が突然腹痛で苦しみだした。「ジサマ」が死んでしまうかもしれなと思った豆太は、勇気を出して、一人で夜道を走り、ふもとの医者を呼びに行く。医者と一緒に家にもどった時、豆太は光輝いてるモチモチの木を見た。元気になった「ジサマ」は「豆太は勇気のある子どもだから火がついたモチモチの木を見ることができたのだ」と豆多に伝える。

## ② 学生のレポートからの内容分析

場面	学生の分析	レジリエンス要因
イシャサマオ、ヨバナクッチャ！豆太はこいぬみたいに からだをまるめて、おもて戸を からだでフッとばして はしりだした。	・「ジサマ」を助けようと、医者を呼びに外に出る行動は、普段の豆太では考えられないことだ。「ジサマ」を助けたいという強い気持ちがある。	助けを求める力
豆太は なきなき はしった。 いたくてさむくて こわかったからなア。	・医者を呼ぶために 豆太は裸足のままふもの村まで走った。 ・早く医者を呼びにいこうと、痛くて怖いのを我慢しながら走っている様子が浮かんできた。 ・怖いという気持ちを調整して、医者を呼びに行くことができた。	忍耐力 感情の調整
豆太は こやへはいるとき、もうひとつふしきなものをみた。 「モチモチの木に ひがついている！」	・山の神様の祭りは、豆太が夜中に外に出ないと見ることができない。 ・勇気があったから、火がついたモチモチの木を見ることができた。自分にも勇気があるという自尊感情が生まれたと思う	豊富な直接体験 自尊感情
いしゃさまのでつだいをして、カマドにマキをくべたり、ゆをわかしたり なんだり、いそがしかったからな。	・「ジサマ」を助けるために一人で夜道をはしって医者を呼び、その後も医者の手伝いをした。豆太自身も「やればできる」と思ったはずだ。	自尊感情 自己効力感
「おまえは ひとりで よみちを いしやさまよびに いけるほど ゆうきのある こどもだったんだからな。」	・「ジサマ」から言われた言葉で、豆太は「自分もやればできる」という気持ちが強くなったと思う。	立ち直れる自信と見通し

「モチモチの木」 作 斎藤隆介 1971 岩崎書店

## 3-3 学生が選んだレジリエンスを育む絵本2 「スイミー」

## ① あらすじ

スイミーは、兄弟たちがみな赤い色をしている中で、ただ1匹だけ真っ黒の魚である。ある日、大きなマグロがやってきて、兄弟たちはみな食べられてしまった。1匹だけ生き残ったスイミーは、寂しくて悲しい思いをするが、海の中のいろいろな生き物と会うことで、少しづつ立ち直っていく。やがて、スイミーは赤い小さな魚たちと出会いが、彼らは大きなマグロにおびえ、岩陰に隠れて続けていた。そこでスイミーはマグロをやっつけるために、みんなで集まって大きな魚のふりをして泳ぐことを提案した。スイミーがリーダーになり作戦は実行され、魚たちはマグロを見事に追い払うことができた。

## ② 学生のレポートからの内容分析

場面	学生の分析	レジリエンス要因
みんな あかいのに、一ぴきだけは、からすがいよりも、まくろ	・スイミーだけ小さい黒い魚であるが、気にせず、赤い魚の兄弟たちと仲良く暮らしている。 ・自分が違うことを嫌に思わず、普通に兄弟たちと暮らしている。 ・自分が黒いのは個性と認めている。	生きる意志 プラス思考

けれど、うみには、すばらしいものがいっぱいあった。おもしろいものをみるとびにスイミーはだんだんげんきをとりもどした。	・ひとりぼっちの環境に耐え、海の中の様々なすばらしいものと出会うことによって、元気や生きる希望、明るさを取り戻していく。 ・兄弟を失っても生きていこうとする。	立ち直れる自信と見直し 夢や目標 感情の調整 楽観性 豊富な直接体験
そのとき、いわかげにスイミーはみつけた。スイミーのとそっくりのちいさなさかなのきょうだいたち。	・ずっとひとりぼっちで泳いでいたので、自分と同じ種類の仲間をみつけて心から喜んでいたにちがいない。	つながる力
でてこいよ、みんなであそぼう。おもしろいものがいっぱいだよ！	兄弟たちと似ている赤い魚をみつけ、一緒に泳ごうと誘う。	つながる力 人と相談する力
だけど、いつまでもそこにじっとしてゐるわけにはいかないよ。なんとかかんがえなくちゃ。	・「ここでマグロに食べられるわけにはいかない」という生きる意志や夢や目標がスイミーの原動力になっている。	生きる意志 夢や目標
みんな、いつしょにおよぐんだ。うみでいちばんおおきなさかなのふりして！	・マグロに食べられるのがこわくて隠れている小魚にまぐろをやつける方法を提案する。 ・赤い魚を説得して、マグロを退かす計画をたてる ・弱気な多数の魚たちを説得する。	楽観性 プラス思考 自律性 自省性 コミュニケーション能力 つながる力
スイミーはおしえた。けっしてはなればなれにならないこと。みんなもちばをまること。	・みんなで力を合わせれば困難も乗り越えられる。	つながる力
みんなが、一ぴきのおおきなさかなのみたいに上げるようになったとき、スイミーはいった。「ぼくが、めになろう」	・スイミーが目になったことで、黒色の自分が役に立った。 自分の役割をみつけ、周りと助け合える。 ・自分だけができる役割を見つける	自尊感情 自己効力感

「スイミー 一ちいさなかしこいさかなのはなし」 作 レオ・レオニ 1969 好学社

#### 4 考察

今回の調査で、学生が選出した絵本・童話は、日本の著作が17種、海外が10種であり、内容もイソップやグリム等の古来の名作から「ママがおばけになっちゃった」等近年発行された絵本に至るまで多岐にわたっている。これらの絵本はいずれもレジリエンスの要素を多く含んでおり、レジリエンス教育の教材で活用することが可能な良書である。特に学生が選出した絵本の中で最も件数が多かった「スイミー」は、1977年からの教科書に採用されている有名な作品である。この絵本は「Bounce Back! : Picture Story Books 2015」にも取り上げられており、レジリエンス教育の授業を展開するには最適な絵本と思われる。また、国内の著作絵本で最も選出された絵本「モチモチの木」も小学3年生の国語の教科書に採用されている。これらのことより、小学校の国語の授業内でレジリエンス教育を展開することは可能であり、レジリエンスの観点を加味した学習指導案を作成が望まれる。また、学生が、国語の教科書に採用された絵本・童話をより多く選出したのは、小学生時代に国語の授業で丁寧に内容を把握しながら精読したことで、印象が強くなり、心に長く留めることができたのではないかと考察した。レジリエンス教育で絵本や童話を使用する場合は、何度も繰り返し読み、内容を細かく詳細に読みこむような読み聞かせの方法がより効果的にレジリエンスを育むと考えられた。現在、本邦には、レジリエンスを育む絵本リストは作成されていない。今回、学生が選出した絵本の

中で国内の著作絵本が半数以上であり、国内でも多くのレジリエンスを育む絵本が存在することがうかがわれる。今後は今回の資料を基にして、絵本リストの作成をさらに進めていきたいと思う。

【引用文献・参考文献】

- 1) 小塩真司.ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性.カウンセリング研究 2002;35(1)
- 2) Rutter.M.Risk and protective factors in the development of psychopathology. New York :Cambridge 1990; 181- 214
- 3) Mark W. Fraser (原著),門永 朋子 (翻訳).子どものリスクとレジリエンス—子どもの力を活かす援助.2009;ミネルヴァ書房
- 4) 松嶋秀明.リジリアンスを培うもの—ハワイ・カウアイ島での 698 人の子どもの追跡調査から.児童心理.2014;8 68(11) 936-941
- 5) Werner,E.E.High risk children in young adulthood:A longitudinal study from birth to 32 years.American Journal of Orthopsychiatry.1989;59(1)72-81  
Emmy.Resilience research:Past,present, and future.in Peters, Ray D., Leadbeater,Bonnie & McMahon, Robert J. : Resilience in Children, Families, and Communities. Kluwer Academic/Plenum Publishers, pp. 3-11
- 6) [http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kodomo/kodomo\\_kosodate/dv/about.html](http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kodomo/kodomo_kosodate/dv/about.html);厚生労働省
- 7) 平成 26 年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」における「いじめ」に関する調査等結果について文部科学省 2014  
[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/houdou/27/10/1363297.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/27/10/1363297.htm)
- 8) 平成 26 年度版自殺対策白書 (内閣府) 2014  
<http://www.8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/whitepaper/w-2015/pdf/gaiyou/index.html>
- 9) 枝廣淳子レジリエンスとは何か,東洋経済新報社,第 1 版.2015;19-20
- 10) HP <http://www.bounceback.com.au/>
- 11) Karen Petty. Using books to foster resilience in young children. Texas child care quarterly 2012;36(2)
- 12) reaching in reaching out <http://www.reachinginreachingout.com/resources-books-Kids.htm>
- 13) 深谷昌志等.へこたれない心を育てるレジリエンス教材集 1・2.子どものレジリエンス研究会.2015;明治図書