

## COVID-19 感染拡大前後での中学生のセルフ・コントロール能力の 変化に関する一考察

小 山 浩

心身マネジメント学科

### Study on Changes of the Ability for Self-Control in the Junior High Student Before and After the COVID-19 Pandemic

Hiroshi KOYAMA

#### 要 旨

2020年, COVID-19 感染拡大で中学生の心身にどのような影響があったのか. その流行前後での生徒のセルフ・コントロール力がどのように変化したのかを調査した. 浜松市立中学生を主な調査対象とし, 2019年と2020年にBSCS-Jセルフ・コントロール調査を実施した. 同様の調査を東京都内国立大学附属中学校生, 浜松市内大学生についても実施した. その結果を以下に示す.

- (1) 浜松市立中学生について, 2019年度, 2020年度にそれぞれ入学した1年生間では, セルフ・コントロール力に有意差が見られなかった. 次に, 同中学校で1年間在籍し, COVID-19 感染拡大期を経た2020年度2年生では, セルフ・コントロール力が有意に低下した. しかし, COVID-19 感染拡大によるものかは確定できなかった.
- (2) 東京都内国立大学附属中学校生及び浜松市内大学生との比較では, 両者間のセルフ・コントロール力に有意差は見られなかった. また, この両者と浜松市立中学2年生は, 同程度のセルフ・コントロール力であった.
- (3) 大学生の一部の項目では, セルフ・コントロール力の上昇が見られた. これは, COVID-19 感染拡大状況下において, 対人的, 対外的な活動ができない「外出自粛」の影響であることが推察された.

キーワード: COVID-19, セルフ・コントロール力, BSCS-J, 中学生

#### Abstract

Surveys were conducted to determine how the COVID-19 pandemic affected minds and bodies of junior high school students in 2020, especially how their self-control changed before and after the epidemic.

In 2019 and 2020, surveys was conducted on the junior high school students in the Hamamatsu City School District using the Japanese translation of Brief Self-Control Scale (BSCS-J). The same survey was done in Tokyo on students attending junior high school attached to a university and college students in Hamamatsu City. The following is the result of the survey:

- (1) In the survey conducted on the junior high school students in Hamamatsu City School District, there was no statistically significant difference in self-control between the 7th graders in 2019 and 7th graders in 2020. On the other hand, self-control in the 8th graders in 2020, who had attended school for one year and gone through the pandemic, significantly decreased. However, it could not be confirmed if the decrease was due to the COVID-19 pandemic.
- (2) In the survey conducted on the junior high school students in Tokyo and college students in Hamamatsu City, there was no statistically significant difference in self-control between the two groups. They both demonstrated approximately the same amount of self-control as the 8th graders in Hamamatsu City.
- (3) In some of the items in the survey, the college students showed increased self-control. This result presume that it is due to the “voluntary stay-at-home order” to limit face-to-face interaction with others under the COVID-19 pandemic.

Keywords : COVID-19, Self-Control, BSCS-J, Junior-Hihg-School

## 1. はじめに

2020年、COVID-19感染拡大の社会的影響は、第32回オリンピック、パラリンピック競技大会が2021年に延期されたように、計り知れないものがある。

学校教育においても、2020年2月27日政府より私立学校を含む全国全ての小学校、中学校、高等学校、特別支援学校を対象に春休みまでの休校要請が行われた。これを受けて全国のほぼ全ての学校が、同年3月2日の週から休校となった。春休み期間において、感染が大きく広がらなかった自治体の一部の学校では、慎重な教育活動が続いた。新学期が始まった4月以降も感染拡大は収束せず、4月7日に7都府県（埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、大阪府、兵庫県、福岡県）で緊急事態宣言が発出され、4月16日に至り、全国一律の緊急事態宣言（5月6日まで）が発出された。しかし、その後も収束の目処が立たず、5月4日には、5月31日までの延長が決まった。そして、感染拡大がやや落ち着きを見せ始めた5月14日、一部（北海道、東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県、大阪府、京都府、兵庫県を除く）で緊急事態宣言が解除され、5月25日（関西3府県は5月21日付け）に全面的な緊急事態解除宣言が公示された。こうした各自治体の動向を踏まえ、各学校も順次休校措置が解除されていった。本学の所在地浜松市では、表1のように5月18日（月）から段階的に市内の学校を再開している。

このようなCOVID-19感染拡大状況の中で、今までにない長期の休校が児童、生徒の心身にどのような影響を及ぼしたのか、及ぼさなかったのかを検証する必要があると考えた。

## 2. 目的

Withnews<sup>1)</sup>によると、今回のコロナ禍によって暴かれたのは、その人の「人間性」であるという。第二次世界大戦、近くは東日本大震災。多くの地震、豪雨災害等、困難な状況下で求められる真の「人間性」、これが問われる状況となっている。小塩（2007）<sup>2)</sup>による研究動向調査からも推察されるように、発育発達途上にある児童生徒、特に多感な中学生において、その影響を調査する必要性

を強く感じる。日本小児学会では「小児の新型コロナウイルス感染症に関する医学的知見の現状」（2020.5）<sup>3)</sup>をまとめている。その中で、「COVID-19流行期の子ども達の心身の健康」と題し、学校閉鎖がもたらす子ども達の心身への影響として、「子どもを抑うつ傾向に陥らせている」こと、「ストレスが高まることから家庭内暴力や子ども虐待のリスクが増す」こと等を指摘している。各自治体においても学校への様々な対策を考え、他人への配慮を促している。浜松市では、2020年7月30日教育長名で「新型コロナウイルス感染症をみんなで乗り越えましょう」と題し、COVID-19について「ふざけて冗談や悪口を言ったり、人を傷つけたりすることは、決して許されることではありません」と、児童生徒に他人への思いやり、各自の自制を促している。

本研究では、COVID-19感染拡大の前後で、中学生への心理的影響、特に自制心（セルフ・コントロール:Self-Control）が、どのように影響を受けているかを調査した。

## 3. 方法

### ○対象

主な調査は静岡県浜松市立中学校（以下H\_T中学校）で行った。

2020年度 H\_T 中学校 1, 2 年生

1 年生 男子 120 名 女子 107 名 計 227 名

※回収数 217, 回収率 95.6%

2 年生 男子 115 名 女子 106 名 計 221 名

※回収数 202, 回収率 91.4%

2019年度 H\_T 中学校

1 年生 男子 115 名 女子 107 名 計 222 名

※回収数 217, 回収率 97.7%

### ○調査項目

尾崎他（2016）による、BSCS-J (Brief Self-Control Scale 日本語版)<sup>4)</sup>の13項目、各項目下記5件法を採用した。

- ・全くあてはまらない
- ・あてはまらない
- ・どちらとも言えない
- ・あてはまる
- ・とてもあてはまる

表1 浜松市の学校再開までの流れ（一部筆者改）

| 期間                   | 登校                                       | 授業日<br>(小・中・高) | 部活動<br>(小・中・高) | 給食<br>(小・中) |
|----------------------|--|----------------|----------------|-------------|
| 4/10(金)<br>～ 5/17(日) | 臨時休業：週1回程度の登校日の設定<br>家庭訪問・面談等            | ×              | ×              | ×           |
| 5/18(月)<br>～ 5/24(日) | 学校再開：1. 週1～3回程度の登校<br>(分散登校等各学校の実情に応じ対応) | ○<br>部活動自粛     | ×              | ×           |
| 5/25(月)<br>～ 5/31(日) | 学校再開：2. 週5日の登校<br>(各学校の実情に応じ対応：午前等)      | ○<br>部活動自粛     | ×              | ×           |
| 6/1(月)～              | 学校再開：3. 通常登校                             | ○              | ○<br>段階的に再開    | ○           |

## 質問項目

- Q1 悪いクセをやめられない
- Q2 だらけてしまう
- Q3 場にそぐわないことを言ってしまう
- Q4 自分にとってよくないことでも、楽しければやってしまう
- Q5 自分にとってよくない誘いは、断る
- Q6 もっと自制心があればよいのと思う
- Q7 誘惑に負けない
- Q8 自分に厳しい人だと言われる
- Q9 集中力がない
- Q10 先のことを考えて、計画的に行動する
- Q11 よくないことと知りつつ、やめられない時がある
- Q12 他にどういう方法があるか、よく考えずに行動してしまう
- Q13 趣味や娯楽のせいで、やるべきことがそっこのけになることがある

## ○実施方法

COVID-19 感染拡大下における、H\_T 中学校の 2019～2020 年度における教育活動は、浜松市の HP:

<https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/somu/corona02.html> (2020. 8. 29 参照) により、教育委員会から次のように、通知された通りであった。

2019 年度末の臨時休校から、2020 年 6 月 1 日に再開されるまでの主な流れを、浜松市教育委員会からの通知文を参考にしながら次に示す。

### 2020 年 2 月 28 日 (金)

市立小中学校・市立高等学校の臨時休業

3 月 3 日 (火)～3 月 15 日 (日)

3 月 2 日 (月) は通常登校：休業中の過ごし方

(基本的に自宅で過ごす) や課題等の指示

3 月 16 日 (月)～春休み開始まで通常登校

### 2020 年 3 月 12 日 (木)

市立小中学校の学校再開等

3 月 16 日以降は下記のとおり対応

※3 月 11 日時点における対応方針であり、変更となる可能性がある。

#### 1. 学校再開について

3 月 16 日 (月) から春休み開始まで再開。

春休み期間: 3 月 19 日又は 20 日～4 月 5 日又は 6 日

学校再開の理由: 市内では感染拡大を抑制できていると考えられる。児童生徒が普段の生活リズムを取り戻し、落ち着いた気持ちで春休みを迎えることが大切。卒業式や修了式は、児童生徒及び保護者にとって大切な学校行事であり、その準備期間として、学校を再開する必要がある。

## 2. 再開後の活動について

(1) 基本的な感染症対策の徹底【健康安全課】

(2) 卒業式・修了式について【指導課】

卒業式・修了式を実施

卒業式は、参加者を卒業生及びその保護者、教職員並びに式典に必要な最低限の児童生徒に限定

(3) 部活動について【指導課】

ア: 3 月 16 日～19 日 中止

イ: 3 月 20 日以降の春休み期間

校内での練習のみ実施可

練習試合、大会等への参加は控える。

### 2020 年 3 月 25 日 (水)

令和 2 年度当初の教育活動について

#### 1. 登校は通常どおり

※家庭において、毎朝の検温及び健康観察を実施し、「健康観察記録用紙」に記入し、登校時、児童生徒が持参した記録用紙を確認する。

学校医及び学校薬剤師等と連携した保健管理体制を整え、多くの児童生徒が手を触れる箇所(ドアノブ、手すり、スイッチ等)は、消毒液で清掃を行う。

#### 2. 入学式・始業式について【指導課】実施する

#### 3. 学校給食について【健康安全課】通常どおり実施

※喫食にあたっては、飛沫を飛ばさないよう、「机を向かい合わせにしない」「会話を控える」等の対応。

#### 4. 学習の補充について【指導課】

〔例〕国語科における学年配当漢字や算数・数学科・社会科・理科等における各学年の教科書の内容などが未指導の場合は、新年度当初に指導をしたのちに、新しい学年の学習内容を指導。

学校行事の精選や準備時間の短縮等、教育課程の見直し、授業時数を確保するよう努める。

#### 5. 部活動について【指導課】 後日周知

※練習試合、合同練習会、合宿、遠征等、他校の生徒との活動は実施ない。大会等への参加極力控える。

### 2020 年 3 月 30 日 (月)

部活動等の対応について

#### 1. 部活動について【指導課】

市内で感染者が発生のため、入学式が行われる 4 月 7 日まで校内練習他、全ての活動を中止

### 2020 年 4 月 3 日 (金)

#### 1. 登校について 登校は通常どおり

#### 2. 学校行事の対応について【指導課】

入学式(4 月 7 日)、始業式(4 月 6、7 日)、運動会・体育大会、野外活動等の学校行事を行う場合については、3 密を避け、実施内容や方法を工夫して行う。部活動は、3 月 30 日付け通知のとおり対応する。

**2020年4月7日(火)**

4月10日から5月6日(水)まで、臨時休業  
4月8日、9日は通常登校

**2020年4月24日(金)**

国の緊急事態宣言を受け、4月10日～5月6日まで臨時休業としている。静岡県内でも感染が確認されていることから、児童生徒の安全を最優先に確保するため、5月7日以降は以下のとおりの対応

**1. 方針**

- (1) 国の緊急事態宣言が静岡県において5月7日以降も継続の場合、発令されている期間は原則として臨時休業とする。
- (2) 状況により、休業を延長する場合もある。

**2. 臨時休業が継続された場合の対応について**

- (1) 臨時休業期間における登校日等の設定について  
段階的に登校日を増やす等  
Ⅰ期:週1回程度の登校日・家庭訪問・面談等  
Ⅱ期:少なくとも週1回程度の登校日  
Ⅲ期:週2～3回の登校日
- (2) 学校における自習対応について
- (3) 部活動について【指導課】中止
- (4) 放課後児童会について【教育総務課】開設
- (5) 学校給食について【健康安全課】  
中止(5月7日～15日)

**2020年5月1日(金)**

臨時休業の延長について

**1. 対応**

5月7日～31日 臨時休業

**2. 登校日の設定について**

Ⅰ期:週1回程度の登校日・家庭訪問・面談等  
Ⅱ期:少なくとも週1回程度の登校日  
Ⅲ期:週2～3回の登校日

**3. その他**

- (1) 学校における自習対応について【教育総務課】継続
- (2) 部活動(中学校地域クラブも含む)について【指導課】中止
- (3) 学校給食について【健康安全課】中止

**2020年5月15日(金)**

学校再開等について

国の緊急事態宣言の対象地域から静岡県が解除されたこと等から、5月18日以降は下記のとおり対応。

**1. 対応**

5月18日から段階的に学校を再開

**2. 学校再開の理由**

全国を対象に発令されていた緊急事態宣言が、5月14日に見直され、静岡県は対象地域から解除された。本市では4月8日以降、1か月以上の間、新たな新型コ

ロウイルス感染者が発生していない状況であること、子供の健やかな学びを保障するため、感染リスクを低減させながら教育活動を再開する必要があること。

**3. 学校再開の流れ(図示略)**

**4. 学校再開に向けた留意事項**

- (1) 感染症対策の徹底等について【健康安全課】  
「浜松市立小中高等学校における新型コロナウイルス感染症対策マニュアル」に基づき対応。
- (2) 各教科の指導等における感染症対策について【指導課】  
5月中の各教科等の授業については、次のような活動やそれに類似すると考えられる活動は実施しない。  
・音楽科における狭い空間や密閉状態での歌唱指導や身体の接触を伴う活動  
・家庭科、技術・家庭科における調理等の実習  
・体育科、保健体育科における児童生徒が密集する運動や児童生徒が近距離で組み合ったり接触したりする場面が多い運動  
・児童生徒が密集して長時間活動するグループ学習
- (3) 部活動について【指導課】  
5月31日(日)まで中止  
6月1日(月)以降は、段階的に再開
- (4) 学校給食について【健康安全課】  
5月29日(金)まで中止  
6月1日(月)から再開

表2に、実質的な登校日数と通常期の登校日数の割合の一覧を示す。4、5月は、終日登校ではなく、半日登校や1日おきの登校であった。

こうした状況下、通常登校の2020年7月15日～7月22日の授業時間に、セルフ・コントロールアンケート調査を実施した。保健体育の授業を中心に、調査用紙を配付し、回答後、その場で回収した。配付、回収は当該校の保健体育科教師に依頼し、実施後とりまとめた。

調査を実施するまでの2020年度の当該校生徒の教育活動日数は、6月1日に学校が再開されてからの約1か月半であった。

また、COVID-19感染拡大の前に実施したセルフ・コントロール調査は、2019年9月24、25日同中学校、第一学年を対象に、同一保健体育科教員がとりまとめ役となり、実施した。

表2 2019年度末～2020年度 教育活動概日数

|        | 実質登校 | 通常時登校 | 登校率   |
|--------|------|-------|-------|
| 3月     | 3日   | 14日   | 21.4% |
| 4月     | 2日   | 17日   | 11.8% |
| 5月     | 8日   | 18日   | 44.4% |
| 3～5月合計 | 13日  | 49日   | 26.5% |
| 6月(再開) | 22日  | 22日   | 100%  |
| 7月(終業) | 17日  | 17日   | 100%  |

表3 セルフ・コントロール調査結果

|                      |    | Q1   | Q2   | Q3   | Q4   | Q5   | Q6   | Q7   | Q8   | Q9   | Q10  | Q11  | Q12  | Q13  | 合計    |
|----------------------|----|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|
| 2019年<br>H_T中<br>1年生 | n  | 216  | 217  | 215  | 217  | 214  | 216  | 215  | 217  | 217  | 214  | 217  | 215  | 216  | 203   |
|                      | X  | 2.4  | 2.9  | 2.1  | 2.1  | 3.8  | 3.1  | 3.3  | 2.3  | 2.8  | 3.2  | 2.3  | 2.7  | 2.9  | 2.66  |
|                      | SD | 1.08 | 1.06 | 0.93 | 1.04 | 1.22 | 1.15 | 1.09 | 0.88 | 1.10 | 0.94 | 1.13 | 1.12 | 1.18 | 0.633 |
| 2020年<br>H_T中<br>2年生 | n  | 202  | 202  | 202  | 202  | 202  | 200  | 201  | 202  | 202  | 202  | 201  | 202  | 202  | 199   |
|                      | X  | 2.8  | 3.4  | 2.3  | 2.3  | 3.8  | 3.5  | 3.2  | 2.4  | 3.2  | 3.0  | 2.6  | 2.8  | 3.3  | 2.91  |
|                      | SD | 1.05 | 1.06 | 0.98 | 1.06 | 1.26 | 1.16 | 1.11 | 0.99 | 1.09 | 1.04 | 1.10 | 1.04 | 1.27 | 0.612 |
| 2020年<br>H_T中<br>1年生 | n  | 217  | 217  | 217  | 216  | 215  | 216  | 216  | 217  | 217  | 216  | 217  | 216  | 216  | 210   |
|                      | X  | 2.5  | 3.1  | 2.1  | 2.0  | 3.7  | 3.1  | 3.1  | 2.3  | 3.0  | 3.0  | 2.1  | 2.7  | 3.1  | 2.74  |
|                      | SD | 1.03 | 1.03 | 1.01 | 1.01 | 1.42 | 1.12 | 1.19 | 0.98 | 1.12 | 1.05 | 1.03 | 0.97 | 1.14 | 0.555 |
| 2019年<br>T_T中<br>1年生 | n  | 197  | 197  | 197  | 196  | 195  | 196  | 196  | 197  | 197  | 197  | 196  | 196  | 197  | 192   |
|                      | X  | 2.9  | 3.2  | 2.5  | 2.8  | 3.8  | 3.5  | 3.0  | 2.4  | 3.2  | 3.2  | 2.9  | 2.8  | 3.3  | 2.98  |
|                      | SD | 0.96 | 1.00 | 0.99 | 0.98 | 1.00 | 1.11 | 0.95 | 1.00 | 1.14 | 0.98 | 1.04 | 1.04 | 1.18 | 0.60  |
| 2020年<br>T_T中<br>2年生 | n  | 201  | 203  | 202  | 202  | 203  | 203  | 203  | 202  | 203  | 203  | 202  | 202  | 202  | 198   |
|                      | X  | 2.8  | 3.5  | 2.4  | 2.7  | 3.9  | 3.5  | 2.9  | 2.4  | 3.2  | 3.0  | 2.7  | 2.7  | 3.4  | 2.97  |
|                      | SD | 1.00 | 1.03 | 0.96 | 1.06 | 0.94 | 1.07 | 1.04 | 0.97 | 1.11 | 1.09 | 1.04 | 1.00 | 1.11 | 0.623 |
| 2019年<br>T_UH<br>大学生 | n  | 91   | 91   | 91   | 91   | 91   | 91   | 90   | 91   | 91   | 91   | 91   | 91   | 90   | 89    |
|                      | X  | 3.0  | 3.7  | 2.6  | 2.9  | 4.0  | 3.1  | 3.1  | 2.7  | 3.0  | 3.3  | 3.1  | 2.9  | 3.3  | 2.95  |
|                      | SD | 0.99 | 0.86 | 0.84 | 1.02 | 0.95 | 1.04 | 1.01 | 0.94 | 0.88 | 0.94 | 1.04 | 0.96 | 1.11 | 0.519 |
| 2020年<br>T_UH<br>大学生 | n  | 83   | 83   | 83   | 83   | 83   | 83   | 83   | 83   | 83   | 83   | 83   | 83   | 83   | 83    |
|                      | X  | 2.9  | 3.5  | 2.2  | 2.5  | 4.0  | 3.1  | 3.0  | 2.8  | 3.1  | 3.2  | 2.7  | 2.8  | 3.3  | 2.86  |
|                      | SD | 1.07 | 0.99 | 0.99 | 1.03 | 0.88 | 1.18 | 0.86 | 1.03 | 0.95 | 1.03 | 1.09 | 0.92 | 1.02 | 0.578 |

また、東京都内国立大学附属中学校（以下 T\_T 中学校）で、2019 年 11 月及び 2020 年 7 月に調査を実施した。

（同中学校 2020 年度第 2 学年 204 名 回収率 99.5%）

さらに、浜松市内の大学（本学、以下 T・U\_H 大学）で、2019 年 9 月及び 2020 年 6 月に同様の調査を実施した。授業中に調査用紙を配付し、回収した。

※2020 年度大学生調査対象者内訳（2 年生:28 名 3 年生:56 名 4 年生:9 名 総計 93 名 回収率 89.2%）

#### 4. 結果

BSCS-J 調査 13 項目の基礎データを表 3 に示す。

回答値を、「全くあてはまらない」1 点、「あてはまらない」2 点、「どちらとも言えない」3 点、「あてはまる」4 点、「とてもあてはまる」5 点とした。質問項目の Q5、Q7、Q8、Q10 は反転項目である。また、表中の「合計」は、各項目の点数を総計した後、項目数 13 で除し、セルフ・コントロール力の総合指標とした。なお、反転項目の Q5、Q7、Q8、Q10 については、（6 - 選択した回答値）とし、「合計」の数値が小さいほど、セルフ・コントロール力が高いと判定した。

基礎データとして、各集団、年度毎、調査結果の項目毎の平均値を比較した。

年度別の各集団の個別データに対応がとれなかったため、F 検定により分散が等しいかどうかを見極め、それに応じた平均値の差の t 検定を行った。

5%水準で有意差が見られたものを次に示す。

(1) 2019 年度 H\_T 中学校 1 年生→2020 年度 H\_T 中学校 1 年生

Q10: 3.2 → 3.0      Q13: 2.9 → 3.1

Q10 が反転項目であるため、両項目とも、セルフ・コントロール力は低下している。他の項目は有意差が見られ

なかった。

(2) 2019 年度 H\_T 中学校 1 年生→2020 年度 H\_T 中学校 2 年生（同一集団で学年が 1 つ上がった）

Q1 : 2.4 → 2.8      Q2 : 2.9 → 3.4

Q4 : 2.1 → 2.3      Q6 : 3.1 → 3.5

Q9 : 2.8 → 3.2      Q10: 3.2 → 3.0

Q11: 2.3 → 2.6      Q13: 2.9 → 3.3

合計: 2.66 → 2.91

13 項目中 8 項目、合計でセルフ・コントロール力は低下している。

(3) 2019 年度 H\_T 中学校 1 年生→2019 年度 T\_T 中学校 1 年生

Q1 : 2.4 → 2.9      Q2 : 2.9 → 3.2

Q3 : 2.1 → 2.5      Q4 : 2.1 → 2.8

Q6 : 3.1 → 3.5      Q7 : 3.3 → 3.0

Q9 : 2.8 → 3.2      Q11: 2.3 → 2.9

Q13: 2.9 → 3.4      合計: 2.66 → 2.97

13 項目中の 9 項目、及び合計で、H\_T 中学校 1 年生が、T\_T 中学校 1 年生よりも、セルフ・コントロール力が高い値を示した。

(4) 2020 年度 H\_T 中学校 2 年生→2020 年度 T\_T 中学校 2 年生

Q4 : 2.3 → 2.7      Q7 : 3.2 → 2.9

H\_T 中学校と T\_T 中学校の 2 年生では、両校共に Q4 「楽しいことを優先させる」、Q7 「誘惑に負けない」の項目が示すセルフ・コントロール力は低下している。他が示すセルフ・コントロール力は、同一レベルであった。

(5) 2019 年度 T\_T 中学校 1 年生→2020 年度 T\_T 中学校 2 年生（同一集団で学年が 1 つ上がった）

Q2 : 3.2 → 3.5      Q11: 2.9 → 2.7

他の項目に有意差はみられなかった。Q2 「だらけてしまう」については、H\_T 中学校と同様に悪化する傾向であっ

た。逆に Q11「わかっているけどやめられない」は、H\_T 中学校と異なり、改善される傾向がみとれた。

(6) 2019 年度 T・U\_H 大学生→2020 年度 T・U\_H 大学生  
 Q3 : 2.6 → 2.2      Q4 : 2.9 → 2.5  
 Q11 : 3.1 → 2.7

この 3 項目で示されるセルフ・コントロール力は向上した。他の項目については、有意差は見られなかった。

## 5. 考 察

### ○浜松市内の公立中学生についての検討

(1) の結果から、入学年の異なる 1 年生で、質問 13 項目中の 11 項目で有意差が見られず、セルフ・コントロール力の合計も有意差が見られなかった。COVID-19 感染拡大の前後で入学してきた浜松市内の公立中学校 1 年生は、セルフ・コントロール力について同程度であったといえる。

次に、同中学校に在籍しながら COVID-19 感染拡大期を経た 2019 年度 1 年生と 2020 年度 2 年生を (2) の結果から検討してみる。質問 13 項目中の 8 項目で、平均値が上昇 (反転項目は低下) しており、さらに、合計も同様に上昇していることから、第 2 学年に進学し、セルフ・コントロール力が低下していると考えられる。これが、COVID-19 感染拡大により、新年度当初ほとんど登校できなかったその影響であったかを判断するには、調査データが不足している。今後の課題であり、2020 年度 1 年生が 2021 年度に第 2 学年に進級したのち、今回と同時期に同調査を実施し、比較する必要があるだろう。

### ○東京都内の国立大学附属中学校生 (T\_T 中学校生) と浜松市公立中学校生 (H\_T 中学校生) についての比較検討

(3) の結果から、2019 年度の両中学校の 1 年生を比較すると、質問 13 項目中の 9 項目で浜松市立中学校 1 年生のセルフ・コントロール力が高いことがわかる。合計についても同様である。これは、入学するまでの両者の通学圏、生活圏の違いによる影響が考えられる。すなわち前者 (T\_T 中学校生) は、通学圏が電車、バス等の「公共交通機関を利用して 1 時間程度」\*1 であり、東京都下 23 区内、近隣市の広い範囲から通学してくる。後者 (H\_T 中学校生) は、徒歩ないし自転車\*2 で 6km 範囲内での通学圏である\*2。同じ大都市の分類\*3 とはいえ、H\_T 中学校は、限られた学区内が主な生活圏ということ踏

まえる必要があろう。通学や生活に伴う、親や教員の監視が行き届き易い等の周囲の影響を考慮すると、後者の方が、自制的な行動をとる傾向にあると考えられる。

こうした傾向が 1 年間の中学校生活を経て、どのように変化するか、また COVID-19 感染拡大が影響したかどうかを次に考えてみたい。

(4) の結果他から、両中学校の 2 年生を比較する。

この 2 項目 (Q4, Q7) が示唆する「外部からの誘惑」のセルフ・コントロール力について、H\_T 中学校が高いことは、その生活圏等の要因を考慮すると理解できる。しかし、総合的には、他の項目、質問 13 項目中の 11 項目で有意差が見られず、合計も同様であることから、両者にセルフ・コントロール力の差がないと言えよう。つまり、(5) の結果からもわかるように前者 (T\_T 中学校生) は、1 年間の中学校生活を経てセルフ・コントロール力に変化はなく、COVID-19 感染拡大の影響もなかった。後者 (H\_T 中学校生) は、1 年間の中学校生活を経て、前者 (T\_T 中学校生) と同じ程度になった。これが、COVID-19 感染拡大の影響なのかどうかの判断は、COVID-19 感染拡大が収束するであろう、1 年後の調査が待たれる。

### ○大学生と中学生の比較検討

まず、(6) から大学生の 2019 年度と 2020 年度を比較してみる。3 項目のセルフ・コントロール項目が改善されている (数値が低下している)。この項目から、COVID-19 感染拡大の影響の一つである、「外出自粛」\*4 の影響をみることができよう。つまり、Q3「場にそぐわないことを言ってしまう」、Q4「自分にとってよくないことでも、楽しければやってしまう」、Q11「よくないことと知りつつ、やってしまう」である。対人的なことや対外的な活動ができない「外出自粛」の中で、行動や考え方がより自制的になったものと考えられる。しかし、全体的には、他の 10 項目や合計に有意差が見られないことを考えると、2019 年度、2020 年度生では、セルフ・コントロール力に変化がないと言えよう。

また、両中学 2 年生と大学生、合計の値に着目して比較してみると、有意差は見られない。回答の中央値 3 に近い、2.9 にほぼ集約されている。このことから、今回の BSCS-J 調査で測定されるセルフ・コントロール力は、中学 2 年生以降、回答の中央値 3 に集約されてくるのではないかと推察される。

\*1 同 国立大学附属中学校生徒募集要項より

\*2 「昭和三十二年政令第百八十九号義務教育諸学校等の施設費の国庫負担等に関する法律施行令 第三条第一項第四号、その二 通学距離が、小学校にあってはおおむね四キロメートル以内、中学校及び義務教育学校にあってはおおむね六キロメートル以内であること 施行日:平成三十年四月一日 最終更新:平成三十年三月二十二日公布 (平成三十年政令第五十二号) 改正」

\*3 平成 30 年度全国体力・運動能力、運動習慣調査・学校質問紙調査票・「学校概要、都市階級区分」による 「1. 大都市 (政令指定都市及び東京 23 区)」

\*4 新型インフルエンザ等対策特別措置法第四十五条 特定都道府県知事は、(中略) 当該者の居宅又はこれに相当する場所から外出しないこと その他の新型インフルエンザ等の感染の防止に必要な協力を要請することができる

## 6. 結論と今後の課題

セルフ・コントロール力について、BSCS-J 調査を用いて、COVID-19 感染拡大の影響を中学生、大学生で検討した。今回は、その影響を大学生に一部見ることができたが、中学生については、確証が得られなかった。特に、東京都内国立大学附属中学校生では、変化は見られなかった。浜松市内の公立の中学校生では、第1学年～第2学年に変化が見られたものの、さらにもう一年の調査が必要である。つまり、2020年度の第1学年生が2021年度に2年生になった時点での調査結果が待たれ、この結果と今年度の結果を比較検討する必要がある。また、総合的なセルフ・コントロール力(合計値)が、回答値の3に収束するののかについて、多くの年代で確認することも、今後の課題としたい。

### 引用文献・参考文献

- 1) <https://news.yahoo.co.jp/articles/f8cb53d66b57b903f1970ed65df626f4354a347f>, 朝日新聞社運営, 2020. 6. 12 参照
- 2) 小塩真司, 「思春期・青年期を中心とした研究の動向」, The Annual Report of Educational Psychology in Japan, Vol. 46, 2007年, 55-63頁
- 3) 日本小児科学会 予防接種・感染症対策委員会, 「小児の新型コロナウイルス感染症に関する医学的知見の現状」, 2020年5月20日, 5頁
- 4) 尾崎由佳他, 「セルフ・コントロール尺度短縮版の邦訳および信頼性・妥当性の検討」, 心理学研究, 第87巻第2号, 2016年, 144-154頁
- 5) 金子充, 「セルフ・コントロールに影響を与える先行要因の整理」, 早稲田大学商学研究科紀要, 第77巻, 2013年, 121-137頁
- 6) 金城志麻, 富元春華, 「大学生の遅刻頻度とセルフ・コントロールとの関連性」, 琉球大学教育学部紀要, 2015年, 235-245頁
- 7) 小橋真理子, 井田政則, 「衝動性とセルフ・コントロールとの関連性の検討」, 立正大学心理学研究年報, 第5号, 2014年, 71-77頁
- 8) 沓澤岳, 尾崎由佳, 「セルフ・コントロールのトレーニング法の開発とその効果検証」, 実験社会心理学研究, 第59巻, 第1号, 2019年, 37-45頁
- 9) 藤野京子, 「セルフ・コントロールの概念をめぐって」, 早稲田大学大学院文学研究科紀要, 第58巻, 2013年, 21-34頁
- 10) 藤田正, 野口彩, 「大学生のセルフ・コントロールと学習課題先延ばし行動の関係」, 奈良教育大学教育実践総合センター研究紀要, 2009年, 101-106頁
- 11) 崔玉芥, 庄司一子, 「学校場面における中学生のセルフ・コントロールに関する検討」, 筑波大学人間総合科学研究科教育学専攻修士論文, 2010年, 51-62頁
- 12) 崔玉芥, 庄司一子, 「学校場面における中学生のセルフ・コントロールが学校適応感, ストレス反応に及ぼす影響」, 筑波大学発達臨床心理学研究, 2013年, 9-18頁
- 13) 清水安夫, 「大学生の予防的健康行動に影響を及ぼす心理的要因の研究」, 国際基督教大学学報, 第55号, 2013年, 91-97頁
- 14) 篠木涼, 「大衆化する心理学における『セルフ・コントロール』の登場」, 立命館人間科学研究, No. 32, 2015年, 35-53頁
- 15) 杉若弘子, 「日常的なセルフ・コントロールの個人差評価に関する研究」, The Japanese Journal of Psychology, Vol. 66, No3, 1995年, 169-175頁
- 16) 塚本真紀, 「セルフ・コントロール方略が計画の立案と実行に及ぼす影響」, 日本心理学会第58回発表論文集, 1996年, 93-105頁
- 17) 杉若弘子, 「質問紙法によるセルフ・コントロールの評価」, 奈良教育大学紀要, 第45巻, 第1号, 1996年, 165-176頁
- 18) 杉若弘子, 「改良型セルフ・コントロールを活性化する要因」, 奈良教育大学紀要, 第54巻, 第1号, 2005年, 63-67頁
- 19) 高橋雅治編著, 「セルフ・コントロールの心理学」, 北大路書房, 2017年, 113-141頁
- 20) 玉瀬耕治・角野文宣, 「対人ストレスとアサーション, セルフ・コントロールの関係」, 奈良教育大学教育実践総合センター研究紀要, 第14巻, 2005年, 37-41頁

※本研究は、2019年度文部科学省科学研究費助成事業基盤研究(C)課題番号19K11586の一部として実施した。