

「自律的な態度」の促進による ネット依存傾向の改善を目指した授業プログラムの開発

酒井郷平*1・塩田真吾*2

Email: sakai.kyohei@toyoeiwa.ac.jp

*1: 東洋英和女学院大学国際社会学部

*2: 静岡大学教育学部

◎Key Words ネット依存傾向, 自律的な態度, 情報モラル教育

1. はじめに

わが国の情報機器の普及により、子どもたちのインターネット利用が増加している。内閣府(2018)⁽¹⁾の調査によると、中学生のインターネット利用率は85.2%となっており、前年度の調査と比較して3.0%増加している。この要因として、インターネットを利用したコンテンツの増加が挙げられる。他方、インターネットサービスの充実により、子どもが「インターネットを使いすぎてしまう」という問題をもたらした。こうした問題は、子どもたちの生活習慣の乱れによる睡眠不足や「歩きスマホ」など心身ともに悪影響を及ぼす危険性が指摘されている(鶴田2014⁽²⁾, 岡田2014⁽³⁾)。また、最近では、医療機関による治療を必要とする「ネット依存症」に陥る前段階の状態として、治療を必要としないが長時間インターネットを利用してしまふ「ネット依存傾向」に該当する中高生が多くいることが指摘されている。

この課題を改善するため学校現場においてスマートフォンの利用時間に関するルールづくりや外部講師による講演といった取り組みが行われており、ルールを守ることの大切さやインターネットを使いすぎてしまうことによる危険性を子どもたちに理解させる方法として有効であると考えられる。

しかしながら、上記の指導方法の多くは子どもたちにインターネットを使わせないように大人が管理するといった他律的な指導が取り入れられているものが多く、子どもたち自らが働きかけ、誤った行動に対して抑制を行える状態である「自律的な態度」を促すことが難しいと考えられる。

そこで、本研究では中学生を対象に「自律的な態度」の促進によるネット依存傾向の改善を目指した授業プログラムの開発を目的とする。この目的を達成するため、授業プログラムを開発し、その成果の評価を行う。

2. 先行研究の整理

子どものネット依存傾向の改善を目指した実践的研究としては、鶴田ら(2015)⁽⁴⁾が高校生を対象としたインターネット依存を改善するための授業プログラムを1年間かけて実践し、その経時的変容について考察を行っている。また、稲垣ら(2016)⁽⁵⁾は高校生を対象にネットの利用状況や依存傾向に関する現状について、他者と比較することによりインターネットの依存傾向の予防や改善を意図した実践を行っている。

こうした実践は、インターネットの利用時間の減少やインターネット依存傾向尺度の得点の減少などの一定の教育的効果が検証されている。他方、こうした授業プログラムはインターネットの利用率が高い高校生を対象としており、教科「情報」などの授業と関連させやすいことが指摘されるが、中学生を対象とした授業プログラムは少ないことが指摘される。

そこで、本研究では中学生を対象として、ネット依存傾向の改善を目指した授業プログラムの開発を行うこととする。

3. 授業プログラムの開発と実践

3.1 授業プログラム開発の視点

本授業プログラムについて、下記の3点の視点から開発を行った。

1点目は、「ルールを問い直すこと」である。インターネット依存傾向の指導でも、「夜9時以降はインターネット利用禁止」や「インターネットの利用は1日1時間」というルールを設けても、「なぜ、夜遅くインターネットを利用してはいけないのか」、「なぜ、長時間利用してはいけないのか」ということを考えず、「ルールさえ守っているようにふるまえばよい」という発想になってしまう恐れがある。つまり、他人のモラルについて綿密なルールをつくり、細かく管理していくことは、当事者にとってルールが設定された前提や想定外の事態への備えに対する「思考停止状態」へと陥らせてしまう危険性がある。

2点目は、「ルールを守る工夫を考えること」である。先にも示したように、ルールをつくる指導だけでは、「ルールに明記されたことを守ること」に意識が向いてしまい、想定外の状況やルールに明記されていないことについては、判断が難しいことが想定される。「自律」した子どもの育成を考えると、ルールに従うだけでなく、ルールだけでは判断できない状況において、規範意識に従い適切な行動をとれることが望まれる。また、規範意識を持っていればルールが守られるのだろうか。例えば、「スマートフォンは夜9時まで」というルールがあるとすると。本来であれば、このルールを破らないという規範意識に従い、時計を確認することにより、ルールを守ることが求められる。しかし、友だちとのメッセージのやり取りやゲーム、動画の視聴に夢中になってしまうことで、うっかり時間を過ぎてしまうことが考えられる。この状況では、いくら「時間を守る」という規範意識を持っていても、それだけでは防ぐことができない状況である。そこで、単にルー

ルを「気をつけて守る」だけではなく、規範意識で守ること以外に「ルールを守る工夫」を考えておくことが有効である。

3点目は、「タイムマネジメントの方法を考えること」である。ルールが決められている中でどのように行動するかということももちろん重要であるが、大人になるにつれてルールの範囲は、法律の範囲に向かって拡大していく場合が多い。このことを考えると、ルールがある状況でのふるまいに加え、ルールがない状況でも適切な行動を取れることを中学校段階から練習しておくことは重要である。

以上の3点を本授業プログラムの開発の視点として取り入れることにした。

3.2 授業プログラムの実践

開発した授業プログラムは、静岡県のあるS中学校1年生(29名)とE中学校2年生(74名)と3年生(62名)に協力を得て実践を行った。尚、授業の進行は、筆者らで行った。実践した授業プログラムの概要を表1に示す。

表1 授業プログラムの概要

内容
1. 導入 (5分) ・授業の目的を説明。
2. 「ルールづくり」を考えよう (10分) ・ルールの例を提示し、曖昧な表現部分についてグループで議論させる。
3. 「ルールを守る工夫」を考えよう (20分) ・ルールについて、破ってしまうかもしれない状況とそれを防ぐための工夫について考えさせ、ワークシートに記入させる。
4. 「タイムマネジメント」を考えよう (10分) ・タイムマネジメントの方法について、体験させ、結果についてグループで共有させる。
5. まとめ (5分) ・本時の内容について、まとめをする。

4. 授業プログラムの評価と考察

授業プログラムの評価を行うため、事前と事後(授業プログラム実施の1か月後)に質問紙による調査を行った。質問項目として、先行研究を基に作成した「自律的な態度」に関する項目(5件法)及び利用目的ごとの平日のインターネット利用時間についての項目(9件法)を設定した。

これらについて、二要因分散分析を施した結果を表2へ示す。「勉強」($F(2, 153)=14.48, p^{**}<.01$)について、「調査時期」による主効果がみとめられた。さらに、「遊び」について、「調査時期」($F(2, 153)=5.85, p^{*}<.05$)「自律的な態度の促進」($F(2, 153)=5.19, p^{*}<.05$)による主効果がみとめられた。また、「勉強」について「自律的な態度の促進あり」のグループでは、事前と事後の調査で有意に平均点が減少していたが、「自律的な態度の促進なし」のグループでは、有意差はみられなかった。

この結果から、本授業プログラムにより、「自律的な態度」の促進があった生徒について、インターネット利用時間の変容をもたらしたと考えられる。

表2 自律的な態度の促進によるインターネット利用時間の変容

利用目的	自律の促進(人数)	事前	事後
コミュニケーション	あり(100)	2.87	2.61
	なし(54)	2.76	2.69
勉強	あり(100)	2.09	1.94 **
	なし(54)	2.28	1.83
遊び	あり(100)	3.91	3.54 *
	なし(54)	3.20	3.00

$p^{*}<.05, p^{**}<.01$

また、授業についての感想に関する質問項目を4件法で調査したところ、「今日の授業は楽しかったですか」、「今日の授業はわかりやすかったですか」、「今日の授業は今後の役に立つと思いますか」、「今日の授業では積極的に話し合いを行えましたか」、「今日の授業をきっかけにインターネットの使い方を見直そうと思いましたか」の項目について、概ね肯定的な回答が得られた。このことから、本授業プログラムにおいて生徒にとっても有効性を感じることができるプログラムであったと考えられる。

5. おわりに

本研究は、中学生のインターネット依存傾向の改善を目的として、「自律的な態度」の促進を目指した授業プログラムの開発を行った。実践及びその評価から、本授業プログラムの有効性を検証することが出来た。他方、本授業プログラムは単発的な実践であるため、今後は教科横断的なプログラムとして、長期的に実施できるようカリキュラム化を検討する必要がある。また、近年のインターネット普及率を考慮すると、より低学年を対象とした授業プログラムの開発も必要である。

今後は、こうした課題に対して研究を行っていく予定である。

参考文献

- (1) 内閣府:『平成29年度青少年のインターネット利用環境実態調査 調査結果』
http://www8.cao.go.jp/youth/youthharm/chousa/h29/jittai_html/index.html (最終アクセス2018/6/10).
- (2) 鶴田利郎, 山本裕子, 野嶋栄一郎:「高校生向けインターネット依存傾向測定尺度の開発」, 日本教育工学会論文誌 37(4), pp.491-504 (2014).
- (3) 岡田尊司:「インターネット・ゲーム依存症 ネットゲからスマホまで」, 文藝春秋 (2014).
- (4) 鶴田利郎, 野嶋栄一郎:「1年間を通じたインターネット依存改善のための教育実践による生徒の依存傾向の経時的変容」, 日本教育工学会論文誌 39(1), pp.53-65 (2015).
- (5) 稲垣俊介, 和田裕一, 堀田龍也:「高校生が自身のネット利用状況などを把握する40ことでネット依存傾向の予防・改善をはかる実践の報告」, 全日本教育工学研究協議会第42回全国大会, (2016).