

『折れない心』の育成についての一考察

－「いのちの教育」「心の教育」の視点から－

住本 克彦¹⁾*

1) 新見公立大学健康科学部健康保育学科

(2019年11月20日受理)

筆者は、公立学校教諭、県教育委員会指導主事、大学教員を歴任する中で、長く(42年間)生徒指導、教育相談にかかわってきた。その間に「いのちの教育」や「心の教育」に関する研究も重ねてきた。そんな中で、『折れない心』の育成には、いくつかの要素が大きく影響していると実感しており、A県内県立高等学校教育相談担当者部会、B市内公立学校養護教諭研究部会の協力を得て、次の10項目に集約することができた。

- ①揺るぎない自信を持たせること。
- ②揺るぎない自信を持っている人をイメージさせること。
- ③勝ち負けにこだわり過ぎないようにさせること。
- ④プラス思考で物事をとらえることができるようにさせること。
- ⑤今の自分が好き(自尊感情)であると実感させること。
- ⑥感情のコントロールができるようにさせること。
- ⑦受け止めてくれる人を持つようにさせること。
- ⑧中立を保たせ、自己防衛ができるようにさせること。
- ⑨完璧を目指し過ぎないようにさせること。
- ⑩好きなこと(趣味)・没頭できるものを持たせること。

(キーワード) 生き抜く力、折れない心、自尊感情、教育相談、心の教育

1 はじめに

「生き抜く力」、「やり抜く力」、「折れない力」など、今、教育現場での「心の教育」実践において、『折れない心』をいかに育てるかが注目されている(文部科学省「急激に変化する社会を『生き抜く力』の育成」2017、上島博「レジリエンス(Resilience)」2017、アンジェラ・ダックワース「グリット(Grit)」2016等)。

筆者は、公立学校教諭、県教育委員会指導主事、大学教員を歴任する中で、長く(42年間)生徒指導、教育相談にかかわってきた。その間に「いのちの教育」や「心の教育」に関する研究も重ねてきた。そんな中で、『折れない心』の育成には、いくつかの要素が大きく影響していると実感しており、A県内県立高等学校教育相談担当者部会、B市内公立学校養護教諭研究部会(小・中学校)の協力を得て、『折れない心』を育成するための要素について、様々な事例について検討し整理した。

文部科学省(2017)は、「第3期教育振興基本計画の策定に向けた基本的な考え方」において、2030年以降の社会の変化を見据えた課題解決に向けた教育政策の基本的な方針を示している。その中で、「今後の教育政策に関する基本的な方針」として、第1に「夢と自信を持ち、可能性に挑戦するために必要となる力を育成する」を挙げている。そこでは、「急激に変化する社会を『生き抜く力』が必要である」とし、「夢や目標を持って積極的に行動し、積極的に社

会に参画していくための力を育成し、自信を持って可能性に挑戦することができるようにすることが重要である」としている。また、この度の「第3期教育振興基本計画」の考え方も、今までの理念を踏まえたものとしており、つまり「第2期教育振興基本計画」(2013年度～2017年度：現行基本計画)の中核となった「社会を生き抜く力の養成－多様で変化の激しい社会の中で個人の自立と協働を図るための主体的・能動的な力－」を育むことの重要性も明記しているのである。

本稿では、幼稚園から高校まで、「折れない心」の確実な育成をポイントとし、幼稚園から生涯にわたって育成(「第3期教育振興基本計画の策定に向けた基本的な考え方」における中核目標)する方途を探る一環として、「折れない心」育成のポイントを明確にしたい。なお、「生き抜く力」の定義については、2008年3月告示の学習指導要領においてまず、「生きる力」が使われ、「知・徳・体のバランスのとれた力」を「生きる力」とした(文部科学省、文部科学白書、2010)。そして、「第2期教育振興基本計画」における「基本的方向性1:社会を生き抜く力の育成」で、「生きる力」と同義で使用している(文部科学省)。本稿においても、「生き抜く力」を「生きる力」、「折れない心」と同義で使用する。

*連絡先：住本克彦 新見公立短期大学幼児教育学科 718-8585 新見市西方1263-2

II 研究目的

子ども達の『折れない心』を育成するための要素について検討し、整理する。

III 研究方法

教育現場、教育行政、生徒指導・教育相談の教育実践研究を長年継続してきた筆者が、小中高校の養護教諭や教育相談担当者として『折れない心』を育成するための要素について、様々な事例について、以下のように検討し整理する。
 (1) A県内県立高等学校教育相談担当教諭50名、B市内公立学校養護教諭研究部会養護教諭（小・中学校）15名、計65名。データ収集方法：A県内公立学校スクールカウンセラー対応事例30事例（小・中・高校生が対象で、問題行動としてスクールカウンセラーが関わり、好転した事例）を基に分析。分析方法：KJ法による。

IV 結果・考察

以下の10項目に整理された（表1参照）。

表1 『折れない心』を育成するためのポイント

①	揺るぎない自信を持たせること
②	揺るぎない自信を持っている人をイメージさせること
③	勝ち負けにこだわり過ぎないようにさせること
④	プラス思考で物事をとらえることができるようにさせること
⑤	今の自分が好き（自尊感情）であると実感させること
⑥	感情のコントロールができるようにさせること
⑦	受け止めてくれる人を持つようにさせること
⑧	中立を保たせ、自己防衛ができるようにさせること
⑨	完璧を目指し過ぎないようにさせること
⑩	好きなこと（趣味）・没頭できるものを持たせること

(1) 揺るぎない自信を持たせること

揺れて、不安に結びつく自信、つまり、上辺だけの自信では、自分の思いや考えより「他人がどう思うか」を優先してしまう。ここでは他人からの評価に左右されてしまい、世間体を気にし、その結果得た成果も上辺だけのものである。一方、揺るぎない自信では、「自分はこう思う、こう考える！」と、自分自身の思いを大事にし、「だから自分はこうしたいんだ！」と、その思いに則った言動をとる。したがって、「本当に自分はこれでいいの？」と、常に自分自身に問いかけ、自分で納得した上での言動をとるため、自分の足が地に着いた安定感、安心感を実感できている。したがって、この揺るぎない自信を持った人は外からの衝撃にも強いといえる。教師自身がこの揺るぎない自信

を持って児童生徒に向き合うと、その言動には説得力があり、児童生徒も、この先生のように、自信を持ちたいと、モデルにもなる。

つまり、この揺るぎない自信を育てるためには、①児童生徒に接する教師や支援者自身が揺るぎない自信を持っていること。②教師や支援者が常に、「あなたはどうか考えるの？」、「あなたはどうしたいの？」と、児童生徒に問いかけることで、自分自身の思いを大事にし、その思いに沿った言動をとる。こういった支援が重なることで、「本当に自分はこれでいいの？」と、日常的に常に自分自身に問いかけ、自分で納得した上での言動が取れるようになるのである。

(2) 揺るぎない自信を持っている人をイメージさせること

揺るぎない自信を持っている人を具体的にイメージできると、以下のようなことができるようになる。例えば、「自分の考えでここまでやったのだから、よし、こんなもんだろう！」と、自分で心から納得できること。「自分の思いを大切にしてくださいここまでやってきたのだから、人事を尽くして天命を待つ、まあ何とかなさ！」と、楽観視できること。「本当に自分はこれでいいの？納得できるの？」と、自分自身の気持ちに常に問いかけられること。「できれば〇〇に越したことはない。納得しながら進んできて、これでダメならそれも受け入れられる」と、「・・・ねばならない」にこだわらないこと。さらには、「私は、あの大変だった〇〇を乗り越えられたんだから、こんなへのっちら！」、「あのこと（経験）に比べたら大丈夫！乗り越えられるよ、私なら！」と、過去の逆境を乗り越えた経験を、今回の逆境に立ち向かう心構えに生かせることである。

つまり、この揺るぎない自信を持っている人をイメージできるようにするには、児童生徒の環境要因として、ゲストティーチャー等の立場で、揺るぎない自信を持っている人と児童生徒を出会わせることが大切である。

(3) 勝ち負けにこだわり過ぎないようにさせること

「勝ち」にこだわり過ぎると、「負け」た場合のショックは大きい。勝つことにしか価値が見いだせない場合、「負け」た自分自身は許せないことになる。「勝ち」ももちろん努力の結果として素晴らしいことである。ただ、折れない心を持つためには、「一等賞より尊いビリだってある！」ということを実感できることが大事である。つまり、個人の中での努力や頑張り、経過（プロセス）の中での成長が理解できているということ。成果より、自分自身が納得できるかどうか大事なのである。「努力を重ね、がんばってきた道のりが大事！」であって、成果ももちろん大事だが、経過（プロセス）を大切に考えられるということ。個人の中での成長や努力に注目できるということである。

つまり、この勝ち負けにこだわらないようにするには、ポートフォリオの活用が有効である。それは、子ども自身がプロセスに注目するからである。①児童生徒が達成したことが何であるかを児童生徒自身が明確につかみ、②その価値を実感し、③児童生徒の達成感や自己効力感を高め、④次の課題を理解することによって、自分の学習活動をコントロールするためのメタ認知を育てることに繋がるのである。

(4) プラス思考で物事をとらえることができるようにさせること

プラス思考というのは、何事においても、「自分ならきっとうまくいく！何とかなるさ！」と、良い方向に考えが向くことである。特に、逆境にぶつかったときでも、前向きに考えることができる。つまり、マイナス思考の反対で、物事を肯定的にとらえる考え方のことを言う。

このプラス思考を育てるには、リフレーミング技法が効果的である。すなわちそれは、「がんこ」というのも「意志が強い」、「いい加減」というのも「おおらか」、「おっとりした」というのも「マイペース」というように、「短所」を「長所」に読み替える（リフレーム：再枠付け）ことで、前向きに物事をとらえていくことによって、プラス思考になっていく（表2参照）。

自分の「短所」を分析し、改善を図ることももちろん大切ではあるが、自分の「長所」が実感できれば、広い心、ゆとりが生まれる。広い心やゆとりを実感できれば、外からの衝撃に対しても余裕をもって対処もできる。このように心が安定するとぶれないし、心は折れにくくなる。

「こんな良さ、長所がある自分は、少々のことではへこたれないし、いつかやり遂げることが出来る！」という希望を持ち続けることである。こういった「夢」や「希望」を持つてるといこと。これらを持ち続けることで、心は折れないのである。

(5) 今の自分が好き（自尊感情）であると実感させること

自尊感情とは、「今の自分が好き！」と実感できることである。自尊感情の要素としては、「自己効力感」（自分はその行いをやり遂げることができるという感覚。）、「自己有能感」（自分はできるという感覚。）、「自己有用感」（他者・社会に対して役立つことがあるという感覚。）がある（表3参照）。

自尊感情を持つとは、「今の自分のままが好き！」この感情が実感できていることである。「そのままの自分が好き！」「私には〇〇がある！」「きょうの私は〇〇ができた！」「がんばったね、私！」一日の終わりに自分をほめることで、この自尊感情は高まる。

この自尊感情には、①基本的自尊感情：「生まれてきてよかった」「自分に価値がある」「このままでいい」「自

分は自分」：オンリーワンの自分が実感できる。②社会的自尊感情：「できることがある」「役に立つ」「価値がある」「人より優れている」：ナンバーワンに価値があると認める。この2つのバランスが大切で、特に、基本的自尊感情がベースにある人は、心が折れにくいと言える。

この自尊感情を育てるには、児童生徒に対して、①自己決定した役割を持たせること。②負荷がかかりすぎない「期待しているよ」のメッセージを送ること。③やり遂げたことや、努力を重ねたプロセスに注目させ、「がんばったね」の承認メッセージを送ることが大切である。

(6) 感情のコントロールができるようにさせること

感情がコントロールできない状況では、自分を客観的に見ることが出来ない上に、周りの状況も正確につかむことが出来ない。感情のコントロールができる人は、自分自身の今の感情をうまく表現できる。自分自身の今の感情の現況がわかれば、その対処法も明確になるのである。自分の周りで起きる事象に一喜一憂することもなくなるのである。

この感情のコントロールの力を高めるためには、リラクゼーションのスキルを身に付けておくことよい。イメージ呼吸法などを日常生活に取り入れることが大切である。このことによって、怒りなどの感情に対しても対処することができやすくなる。リラクゼーションスキルを継続することによって平常心が保たれると、外からの衝撃があっても、ぶれたとしてもすぐ平静に戻る力がある。感情のコントロー

表2 リフレーミング技法：読み替え表（住本、2000）

	短 所	リフレーミング後
1	あきつぱい	好奇心が旺盛
2	あきらめが悪い	一途
3	あわてん坊	行動力がある
4	いい加減	おおらか
5	感強	自信がある
6	うさ	活発 元気
7	怒りっぽい	情熱家
8	おしゃべり	社交的
9	おっとりした	マイペース
10	おとなしい	穏やか
11	堅苦しい	まじめ
12	勝ち気	向上心がある
13	変わっている	個性的
14	がんこ	意志が強い
15	気が弱い	我慢強い
16	口がきつい	率直
17	口が悪い	直に衣を着せない・率直
18	口が悪い	うそがつかない・正直
19	口べた	本音（ほくとつ）・誠実・素朴
20	暗い	自分の世界を持っている
21	けち	経済観念がある
22	強引	リーダーシップがある
23	こだわりやすい	感受性が高い
24	しつこい	粘り強い
25	自慢する	自己主張できる
26	地味	素朴
27	消極的	ひかえめ
28	せっかち	行動的
29	責任感がない	自由でのびのび・おおらか
30	だまされやすい	純粋
31	だらしない	おおらか
32	短気	一本気
33	顔子に乗る	乗りが良い
34	冷たい	知的
35	出しゃばり	世話好き
36	生意氣	自立心がある
37	深もろい	人情味がある
38	八方美人	人付き合いが上手
39	反社会的	自分の考えを持っている
40	人に合わせる	協調性がある
41	プライドが高い	自分に自信がある
42	負けず嫌い	向上心がある
43	優柔不断	慎重
44	KY	マイペース

ルができる人は、基準はいつも自分であり、自分自身の心が安定し、落ち着いた中で、自分がどうありたいのか、自分は今どの辺に居てどこに向っているか、昨日の自分と比べて、少しでも前進していれば、「がんばったね、私！」と、自分をほめることもでき、さらに心は折れにくくなるのである。

(7)受け止めてくれる人を持つようにさせること

自分を受け止めてくれる人、信じることができる人を持っている。「あの人に話を聞いてもらったら元気になる」そういう自分自身にとってのキーパーソンを持っているかどうかである。「あの人に会ったから今の自分自身がある」と、今、キーパーソンがいなくても、過去にその人との出会いがあり、その出会いをヒア・アンド・ナウで実感できるならそれでも良い。

キーパーソンを持っていないのなら、探すことが大事である。つまり、一人で抱え込まないことである。重要な他者との出会いがあれば、心は折れにくくなる。つまり、自分でできることは自分です。自分だけで出来ない時は、誰かに頼ればいい、ということだ。「折れない心」を持っている人は、自分の弱さ・限界も知っているので一人で頑張り過ぎないし、他者とも互いにサポートし合えるのである。

表3 自尊感情の要素とその育成

	自己効力感	自己有能感	自己有用感
定義	◎自分はその行いをやり遂げることができるという感覚。 ◎未来指向性。明日を信じる力。 ◎自分を信じる力。 ◎夢。目標。	◎自分ではできるという感覚。 ◎自己への信頼性。 ◎自信と充実感。	◎他者・社会に対して役立つことがあるという感覚。 ◎他者との関係性。 ◎集団への貢献(役に立つ)。
子どもの意識	○「できそうだ！」 ○「やればできる」	○「がんばってよかった！」 ○「〇〇ができるんだ！」	○「このクラスの一員でよかった！」 ○「皆の役に立ててよかった！」
「体験活動」等、教育実践の場での視点	〈期待〉 ●他者も自分も励ます。 ●やる気・意欲を高める期待。	〈承認〉 ●ふり返る。自己評価。他者評価。認められる喜び。	〈役割〉 ●自分で決めた役割を担う。 ●自己決定(自己責任を伴う)。

(住本, 2015)

(8)中立を保たせ、自己防衛ができるようにさせること

まず、中立を保てるということ。つまり、「他人を評価しない(自分は自分であり、他人は他人の立場がある)」例えば、「あの、最近調子にのってるよ」と誰かに言われても、「何かあったのかい?」「どうしてそう思うんだい?」などと、他人にむやみに迎合しないし、中立を保てるということ。高すぎるプライドがないので、誤っていた自分を認め反省し、新しい意見を受け入れることができる。

次に、自己防衛ができているということ。「それは自分でできることか、できないことか」「自分にどうしてもできそうにないことは引き受けない」そのためには、自分自身の限界を知っておくことである。人間は完璧でないことも十分に理解できているので、ここまでという、自分の限界もしっかり把握できている。また、自分自身はもちろんのこと、相手にも完璧は求めていないことも大事である。

(9)完璧を目指し過ぎないようにさせること

人間、だれであっても完璧であるのは不可能である。ときには失敗をするのが人間である。完璧を目指せば目指すほど、完璧でない自分のことが嫌になってくるのである。「自分は〇〇であるべきである」、「いつも〇〇であらねばならない」の辺りで行くと、それができない、できていない自分自身が許せない状況が生まれ、どんどん心は疲弊していく。最後には心は折れてしまうのである。自分自身の不完全さを受容できることで、心は安定し、今の自分自身を受け入れることができるのである。

また、完璧でない自分のことを受け入れることができる人は、今あるもの、今自分が持っているものにも納得し、感謝もできるのである。常に新しいものを求め続けるのも価値があることかもしれないが、大変な労力を要するのである。現実の場面では、ほしいものが手に入らないことは往々にしてあるが、その都度、うなだれていては、心は弱っていく。今あるものの良さをしっかり見つめ、それを大切にできれば、安心感が得られ、心は折れにくくなるのである。

この完璧を目指し過ぎない児童生徒を育てるには、完璧にできなかったことを悔いている児童生徒に対して、「どんまい。私はよく頑張っていたと思うよ!」のように、ねぎらいの言葉かけと、I(私)メッセージを送ることが大切である。完璧でなかったとしても、そこまでやり遂げたことや、努力を重ねたプロセスに注目させ、「がんばったね」の承認メッセージを送ることが大切である。

(10)好きなこと(趣味)・没頭できるものを持たせること

心が折れない人は、心のエネルギーを十分に持っている。では、この心のエネルギーを充填するにはどうしたらいいのか。既述した、受け止めてくれる人を持つことと、好きなこと(趣味)・没頭できるものを持つことである。人

は、自分が好きなことに没頭している間は、いやなことも忘れ、心のエネルギーはたまっていくのである。

音楽を聴いたり、カラオケに行ったり、スポーツに没頭したり、一人でも、仲間と一緒にでもよい。

打ち込めるものを持っている人は、まさに打ち込んでいるその場の「時間」、「空間」はその人自身のものであり、そこにはその人の思いが満ち、その人の思いが主体となってその人の言動を動かしていると言っても過言ではない。

つまり、教育の場では、児童生徒が主体的に活動する場を大切にすることと、様々な教育活動の場において、児童生徒が自己決定する場を設定し、そういった場を大切にすることである。

V おわりに

以上、「いのちの教育」や「心の教育」の観点から、『折れない心』の育成のための要素について、以下の10項目に集約することができた。

- ①揺るぎない自信を持たせること。 ②揺るぎない自信

表4 「生き抜く力」「折れない心」と関連領域

領域	「生き抜く力」「折れない心」	「レジリエンス」(Resilience)	「グリット」(Grit)
意義・目的	・自分で課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、行動し、よりよく問題を解決する能力。 ・自らを律しつつ、他人と協調し、他人を思いやる心や感動する心など豊かな人間性とたくましく生きるための健康や体力(中央教育審議会)	①現実的な計画を立案実行できる力 ②自分を肯定的に判断し、行動し、自分の強みや能力を信頼できる力 ③コミュニケーション力と問題解決力 ④強い感情や衝動をコントロールできる力 (小玉, 2014)	・「やり抜く力」:長期的なゴールを決めて、どんな手を使っても、どんなに努力してもそれが実現するまでは諦めないということが出来る人のこと。諦めるのが楽なときに、Gritを持っている人はやり抜くことができる。 (Angela. D, 2016)、・Gritは「情熱」、「粘り強さ」のこと (Angela. D, 2016)
育て方等	・生活体験や自然体験などの実際の体験活動の機会を広げていくことが望まれる(21世紀を展望した我が国の教育の在り方について、第15期中央教育審議会) ・学校が実施する宿泊体験活動の取組の充実(文部科学省:「第2期教育振興基本計画:社会を生き抜く力の養成」2013)。	①冷静さ(感情のコントロール)②柔軟性(多様な思考)③楽観性(ポジティブ思考)④自信力(自己効力感)⑤人間力(人間関係力)⑥回復力(自ら癒す力) (小玉, 2014)。 ※グループワーク等(自尊感情を育てることを目当てにした「レジリエンス」を育てるワーク:友だちほめて自分もうれしい等)をとおして育成(上島, 2016)。	①興味(心から楽しむこと)②練習(慢心がないこと)③目的(社会に貢献すること)④希望(常に持ち続けるもの) (Angela. D, 2016) ※子どもたちを理解してあげること、子どもたちがモチベーションを高めながら学べる環境をつくらせてあげること (Angela. D, 2016)。

(住本, 2018)

を持っている人をイメージさせること。 ③勝ち負けにこだわり過ぎないようにさせること。 ④プラス思考で物事をとらえることができるようにさせること ⑤今の自分が好き(自尊感情)であると実感させること。 ⑥感情のコントロールができるようにさせること。 ⑦受け止めてくれる人を持つようにさせること。 ⑧中立を保たせ、自己防衛ができるようにさせること。 ⑨完璧を目指し過ぎないようにさせること。 ⑩好きなこと(趣味)・没頭できるものを持たせること。

これら10項目が、「折れない心」を育てるポイントであり、表4は、「生き抜く力」「折れない心」と関連領域である「レジリエンス」(Resilience)、「グリット」(Grit)の比較である。

前述したとおり、文部科学省(2017)は、「第3期教育振興基本計画の策定に向けた基本的な考え方」において、2030年以降の社会の変化を見据えた課題解決に向けた教育政策の基本的な方針を示している。その中で、「今後の教育政策に関する基本的な方針」として、第1に「夢と自信を持ち、可能性に挑戦するために必要となる力を育成する」を挙げている。そこでは、「急激に変化する社会を『生き抜く力』が必要であるとしている。今後保育・教育現場においては、教育者が地域、家庭との連携の中で、こういった「折れない心」をいかに育成すべきかを常に念頭に置きながら、子育て実践、教育実践を重ねていくことが重要であると考えられる。

謝辞

本稿執筆にあたり、御協力頂いたA県内県立高等学校教育相談担当者部会、B市内公立学校養護教諭研究部会の方々、関係の皆様方に衷心より御礼を申し上げます。

参考文献

- 1) アンジェラ・ダックワース著、神崎朗子:「GRIT『やり抜く力』」ダイヤモンド社, 2016.
- 2) 蝦名玲子:「『生き抜く力』の育て方」大修館書店, 2016.
- 3) 梶田叡一:「自己を生きるという意識」金子書房, 2008.
- 4) 梶田叡一:「〈いのち〉の教育のために」金子書房, 2018.
- 5) 小玉正博:「レジリエンス思考」河出書房新書, 2014.
- 6) 国立教育政策研究所:教育課程の編成に関する基礎的研究報告書5社会の変化に対応する顔や能力を育成する教育課程編成の基本原則, 26-30 2013.
- 7) 近藤卓:「自尊感情と共有体験の心理学」金子書房, 2010.

- 8) 文部科学省：「第2期教育振興基本計画」2013.
- 9) 文部科学省：「第3期教育振興基本計画の策定に向けた基本的な考え方」2017.
- 10) 文部科学省：「体験活動事例集－体験のススメ－（平成 17. 18年度豊かな体験活動推進事業）」2008.
- 11) 住本克彦：「『保育原理』『教育原理』で、「急激に変化する社会を『生き抜く力』の育成」をどう教えるか－「第3期教育振興基本計画の策定に向けた基本的な考え方」を本視座にして－」新見公立大学研究紀要第38巻第2号, 77-81 2018.
- 12) 住本克彦：「体験活動を通じた「『生き抜く力』育成教育プログラム」開発に関する一考察」新見公立大学研究紀要第39巻, 71-78 2018.
- 13) 住本克彦：「高陽中ブロック授業研究『自己肯定感の育成をもとに学力向上を図る効果的取組－児童・生徒に「役割」「期待」「承認」を－」友野印刷（株）2015.
- 14) 鈴木威：「子どもの『生き抜く力』の高め方」東邦出版, 2016.
- 15) 徳永豊：「子どもの育ちと環境, レジリエンス」『教育と医学』vol.773, 4-10 慶応義塾大学出版会, 2017.
- 16) 中央教育審議会答申：新たな未来を築くための大学教育の質的転換に向けて－生涯学び続け, 主体的に考える力を育成する大学へ－, 9, 2014.
- 17) 中央教育審議会答申：21世紀を展望した我が国の教育の在り方について, 7, 1996.
- 18) 上島博：「イラスト版子どものレジリエンス」合同出版 2016.