



## 体育授業における感覚処理感受性の高い生徒の意識と実態

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 公開日: 2026-01-06 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 小田島, 帆希, 河合, 甫, 佐藤, 光, 中島, 寿宏 メールアドレス: 所属:
URL	<a href="https://doi.org/10.32150/0002000716">https://doi.org/10.32150/0002000716</a>

## 体育授業における感覚処理感受性の高い生徒の意識と実態

小田島帆希・河合 甫・佐藤 光\*・中島 寿宏\*\*

北海道教育大学札幌校教育学研究科高度教職実践専攻

\*札幌市立上野幌中学校

\*\*北海道教育大学札幌校

## Awareness and Experiences of Students with High Sensory Processing Sensitivity in Physical Education Classes

ODAJIMA Homare, KAWAI Hajime, SATO Hikaru\* and NAKAJIMA Toshihiro\*\*

Graduate School of Education, Hokkaido University of Education

\*Sapporo Kaminoppo Junior High School

\*\* Hokkaido University of Education, Sapporo Campus

### 概要

体育授業における感覚処理感受性（HSP）の高い生徒のコミュニケーションを明らかにした研究は少なく、コミュニケーションの実態を可視化することは授業づくりや生徒への関わり方の一助になり得る。本研究は、中学2年生を対象に質問紙調査とコミュニケーションの分析を行い、体育授業においてどのような関わりをしているか可視化することを目的とした。調査の結果、感覚処理感受性が高い生徒は仲間との対話を重視し、仲間同士の対話を繋ぐことや、積極的に動くことで仲間の動きを活性化するというポジティブな役割についての可能性が示唆された。

### 序論

近年、学校教育において不登校児童生徒の増加が課題となっている。文部科学省（2024）は、「令和5年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果及びこれを踏まえた対応の充実について（通知）」では、小・中学生における長期欠席者数は約49万人となったことを明らかにしている。そのうち、不登校児童生

徒の数は約34万6千人に及び、これは過去11年間において最多の数であった。増加の背景には、「学校生活に対してやる気が出ない等の相談があった」ことや「不安・抑うつ」の相談、「生活リズムの不調」、「学業不振や頻繁な宿題の未提出」、「いじめ被害を除く友人関係をめぐる問題」などが報告されている。これらの背景から、学校生活への不安や学業、友人関係が不登校の大きな要因であることが考えられる。また、文部科学省（2023）

は、子ども達が学ぶ機会を失わないために、学校・行政・民間などのつながりをより重視し、様々な支援を受けられるような取り組みを報告している。このように、不登校児童生徒が学べる環境が充実してきていることが分かる。

近年、人の特性である感覚処理感受性 (Sensory Processing Sensitivity: 以下 SPS) が注目されている (Aron&Aron, 1997)。これは、感覚刺激 (光、音、匂い、他人の感情など) に対するの敏感さと、それに伴う深い情報処理能力が特徴である。このように感覚処理感受性の高いことを高度感受性 (Highly Sensitive Person: HSP) と呼び、人口の約 15~20% がそれにあたりとされている (Aron&Aron, 1997)。SPS は、個人の行動や感情反応を理解する上で重要な特性であり、内向性や感情性とは異なる独立した特性である (Aron&Aron, 1997)。岩川 (2022) によれば、我が国における SPS や HSP に関する研究は主に大学生を調査対象にした研究が多く、SPS や HSP の特徴による性格特性や精神的健康、社会環境や対人場面などの日常生活での心身の適応・不適応に関する変数が取り上げられていると報告している。また、現状では海外よりも研究数は少なく、広く周知されているとは言えない状況である。奥野 (2023) は、学校に行きたくない・休みたいなどの潜在的な気持ち (不登校心性) が非 HSP 群よりも HSP 群の方が有意に高いことを明らかにしている。飯村 (2016) は、高い HSP をもつ生徒 (HSP 群) ほど、共感性 (肯定的側面) が高く、不安や学校ストレス (否定的側面) も高いことを明らかにしている。学校では、多様な人が同じ空間で生活することで、視覚・聴覚などにおける情報が多く存在する場所であり、HSP の人にとってはストレスに感じてしまう場面が多いのではないかと考えられる。しかし、HSP の生徒は肯定的な側面も併せ持つことから、適応した環境であれば、HSP という特性を強みとして活かして学校生活を送れることも考えられる。

これらのことから、教育現場における SPS や HSP に関する研究は、発達が著しい中学校段階を対象

に行うことで、授業づくりや生徒との関わり方の手立ての 1 つになり得るのではないかと示唆する。

SPS は、Highly Sensitive Person Scale (以下、HSPS) という尺度によって測ることが可能である (Aron&Aron, 1997)。国内においては、船橋 (2012) によって成人版感覚感受性尺度 (Adult Sensory Sensitivity Index; 以下、ASSI) が作成されており、それを基に飯村 (2016) は中学生用感覚感受性尺度 (Junior High School Students Version of the Sensory Sensitivity Index; 以下、SSSI) を作成している。このように近年において尺度が開発されていることから、SPS を尺度によって研究することが可能になってきている。

体育授業では、他教科と異なり身体的活動が中心であり、他者からの視線や成功・失敗が比較的明確に認識される特性がある。蛭名 (2018) は、運動・体育の好き嫌いにおいて中高生を対象に「よい授業」を検討した結果、「運動好きの体育嫌い」の生徒にとっての「よい授業」は、段階的な指導によって多くの成功体験ができる、グループ活動で仲間と協力し達成感を味わうなど、授業の中で良い経験ができるとともに、教員とコミュニケーションをとりながら互いに学び合う授業としている。また、「運動嫌いの体育嫌い」の生徒にとっては、教員が積極的にコミュニケーションをとってくれることに加え、指導や授業内容が段階的で恥ずかしい思いをすることが少なく、成功体験などの良い経験をすることで自尊感情を高めることができる授業が「よい体育の授業」としている。このことから、体育嫌いの生徒にとっては段階的な指導と成功体験、教員とのコミュニケーションが求められており、恥ずかしい思いをすることが体育嫌いを引き起こす可能性が考えられる。また、恥ずかしい思いというのは教科の特性である身体的活動に伴うことから、周囲からの視線による緊張・プレッシャーや賞賛の少なさなどがあるのではないかと考えられる。

HSP は、学業において競争や監視の下でのパフォーマンスが低下する傾向がある (Aron&Aron, 1997)。これは、HSP の特性である他者の感情や

評価などに敏感であることから、他者へ意識が向いていることが考えられる。体育授業は、他者からの視線など他者へ意識が向く時間が多く、HSPにとって他者を気にするという意識は無意識的に行われているものであると考えられるが、体育授業でどのように他者を意識しているかについては明らかにされていない。

矢野（2017）は、身体運動の実施頻度が高い、および継続年数が長いとSPSが低い結果を報告している。また、高橋（2015）によれば、HSPの高さと抑うつには有意な正の相関があることを明らかにしている。つまり、義務教育の終盤である中学校段階において、体育に意欲的に取り組むことは、義務教育修了後の運動の実施頻度や運動に対する肯定的な意識に影響する可能性が考えられる。

これまで、不登校の要因や体育嫌いの要因などが数々明らかにされてきている。どちらの要因にも友人関係や対人不安が関与していることから、本研究では、感覚処理感受性（SPS）に着目する。SPSの高い生徒（HSP）はそれらの影響を受ける教科である「体育授業」において、どのようなコミュニケーションの様相であるか明らかにした研究はこれまで行われていない。そこで、本研究では、感覚処理感受性の高い生徒が体育授業でどのような言語的・非言語的コミュニケーションを行っているかを可視化することを目的とした。

## 方法

本調査は、札幌市内の中学2年生1学級を対象として調査を行った。対象とした体育授業は、球技（バレーボール）の1単元（50分授業×6回）であった。調査対象者と調査対象の中学校には、事前に調査目的、方法、プライバシーの保護について文書による説明を行い、同意を得た上で調査を行った。なお、本研究は北海道教育大学倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号：北海道教育大学研究倫理委員会承認番号2024091002）。

本調査は2024年9月～12月に行った。調査内容は質問紙調査とコミュニケーション分析であっ

た。

質問紙調査は、フェイスシート（組、番号、性別、体育の好き嫌い）と飯村（2016）が作成した「中学生用感覚感受性尺度（SSSI）」をGoogleフォームを用いて行った。

フェイスシートの「体育の好き嫌い」の回答は「1：嫌い」～「5：好き」の5段階で回答を求めた。SSSIの回答は「1：ぜんぜんあてはまらない」～「5：とてもあてはまる」の5段階評定で回答を求めた。SSSIの質問内容は、「ドキドキして、なかなか眠れないときがある」や「たくさんの方が自分の周りで起こっていると、気分が悪くなる」などといった「易興奮性」、「ちょっとした温度の変化にも気がつくことができる」や「環境の変化をすぐさま感じ取ることができる」といった「環境変化に関する感受性」といった2因子12項目で構成されている。SSSI得点は12項目の得点を単純合算したものであり、SSSI得点がMean+1SD以上の生徒をHSP群、それ以外の生徒を非HSP群とした（飯村、2016）。

コミュニケーション調査は言語的コミュニケーションと非言語的コミュニケーションによる分析を行った。体育授業時に、生徒と教師に対面検知データ解析システム（柵日立製作所）をインストールした小型スマートフォンを装着した専用ビブスを着用させた（図1）。このシステムでは加速度データとBluetooth検知データを測定することで、授業に参加した生徒同士の言語的・非言語的コミュニケーションの状況を解析することが可能である。また、体育授業を担当している教師にも装着させ、生徒との言語的・非言語的コミュニケーションの状況を解析して数値化・図示した。

言語的コミュニケーションは、体育授業50分間における「話し手」と「聞き手」による対話の時間を算出した。また、任意の閾値によるコミュニケーションの様子を図示した。体育授業50分間のうち閾値で設定した時間以上の対話があった関係がネットワーク図上では線で結ばれた状態で示される。非言語的コミュニケーションは、体育授業50分間における動きの影響を「与える側」と「受

ける側」による関係性を閾値によって算出した。言語的・非言語的コミュニケーションでのネットワーク図については、1 単元 (50 分授業×全 6 回) での変容を分析した。



図 1 専用ビブス

### 結果

SSSI 得点により Mean+1 SD (32.2+6.8) 以上である HSP 群は 6 名 (約 18%)、非 HSP 群は 27 名 (約 82%) であった。Aron&Aron (1997) によると、HSP は人口の約 15~20%いると報告していることから、本研究の分類の妥当性が確認された。HSP 群は男子生徒 1 名、女子生徒 5 名という結果になり、HSP 傾向は女性の割合が高かった。体育が好きか嫌いかという質問 (5 件法) に対して、HSP 群は好きと回答する傾向 (M= 4.17, SD= 0.98) が高かった (表 1)。

表 1 SSSI 得点による HSP 群

No	性別	体育の好き嫌い	SSSI得点
4	女子	5	41
8	女子	3	39
10	女子	5	42
26	女子	3	42
29	男子	4	39
32	女子	5	41

言語的コミュニケーションを閾値ごとのネットワーク図で算出した (図 2)。ネットワーク図は対話の繋がりがあったもの同士が線で結ばれ、

物理的な位置・距離は示されていない。ネットワーク図の○の色は、オレンジ色が教師、青色が HSP 群の生徒、それ以外の生徒は灰色で示している。

言語的コミュニケーションでは、授業が進むにつれて全体的にネットワーク図での繋がりが多くなる結果となった。1 時間目において、コミュニケーションの中心となっている生徒 (17 番) は非 HSP 群の生徒であり、HSP 群 1 名 (32 番) の生徒と直接的な関係があった。それに対し、HSP 群の 1 名 (8 番) はコミュニケーションの中心となっている生徒ではない生徒と対話をしていることが確認できた。2 時間目においては、HSP 群 1 名 (10 番) の生徒が複数の生徒と対話を行う時間が多かった。3 時間目においては HSP 群の直接的な対話は多く見られなかった。1~3 時間目においては教師と HSP 群の関わりが少なく、HSP 群の生徒は生徒同士での会話が多くの結果となった。4 時間目以降では、全体としての会話量が多くなっている傾向が見られた。4 時間目では、教師と HSP 群 1 名 (29 番) の直接的な関わりが特徴的であり、小グループでの活動の中に HSP 群も参加していた。5、6 時間目においては、非 HSP 群の会話が増加し、HSP 群は単元序盤とほぼ変わらない人数であった。全体において、HSP 群同士の会話よりも非 HSP 群との会話が多く行われていた。

非言語的コミュニケーションを閾値ごとのネットワーク図で図示した (図 3)。非言語的コミュニケーションにおいて、ネットワーク図の矢印の先は動きの影響を受ける側を示し、矢印の元は動きの影響を与える側を示している。単元を通して、HSP 群は動きの影響を与える側として授業に参加している時間が長い結果となった。1 時間目においては、教師と非 HSP 群 2 名 (22、30 番) が動きの影響を多く受けており、HSP 群 (4、8、10、29、32 番) はこれら 3 名に対してほとんど動きの影響を与えていた。また、教師に対しても動きの影響を与えている HSP 群 (8、10、29、32 番) が多く、教師から動きの影響を受けている時間よりも多い結果となった。2 時間目においては、HSP 群は動きの影響を与える生徒が多くいた。特に 10

番の生徒は教師と HSP 群 (8 番) を含める 11 人に対して動きの影響を与える時間が多くあった。3 時間目においては、HSP 群 2 名 (4、10 番) が多くの生徒に対して動きの影響を与えていた。また、HSP 群同士で動きの影響を与えている結果も見られた。4 時間では、HSP 群も非 HSP 群も教師に対して動きの影響を与えている結果となった。また、HSP 群は動きの影響を与える相手が複数いること

や、その時間も多くみられた。5 時間目では、HSP 群が教師に対して動きの影響を与える時間が少なくなり、他の生徒に対して動きの影響を与えている結果となった。また、閾値 14 分で 4 人以上に対して動きの影響を与えている生徒は非 HSP 群の 1 名 (37 番) と HSP 群 2 名 (4、10 番) のみであった。6 時間目においては、HSP 群の生徒が動きの影響を与えている時間が多く見られた。

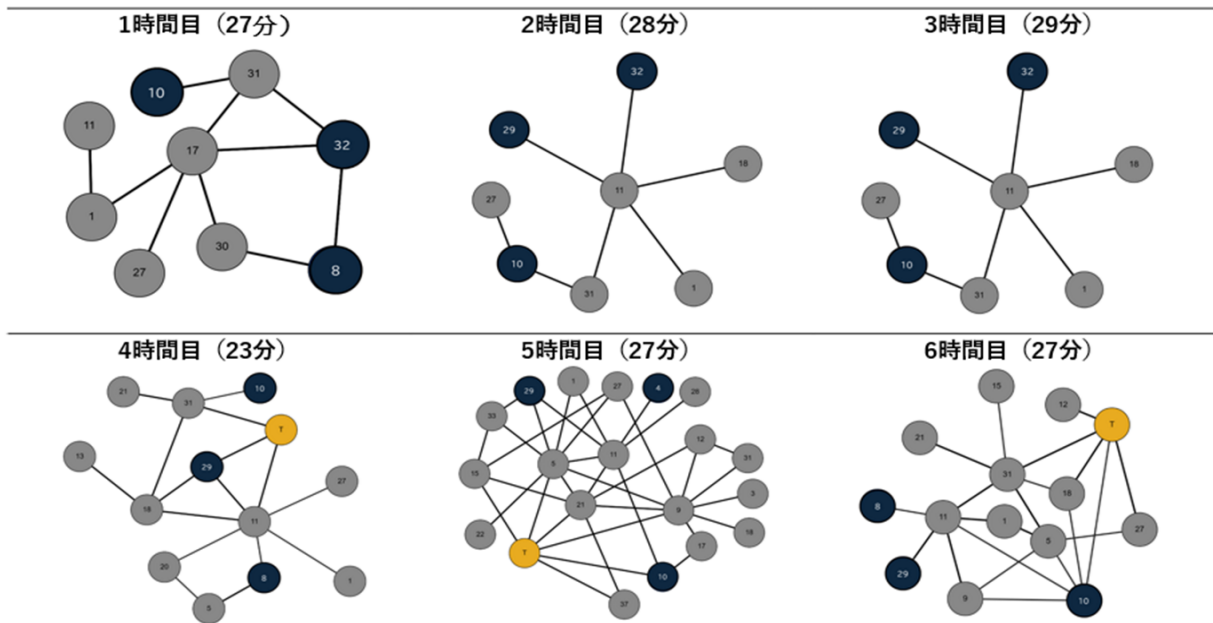


図 2 言語的コミュニケーションのネットワーク図

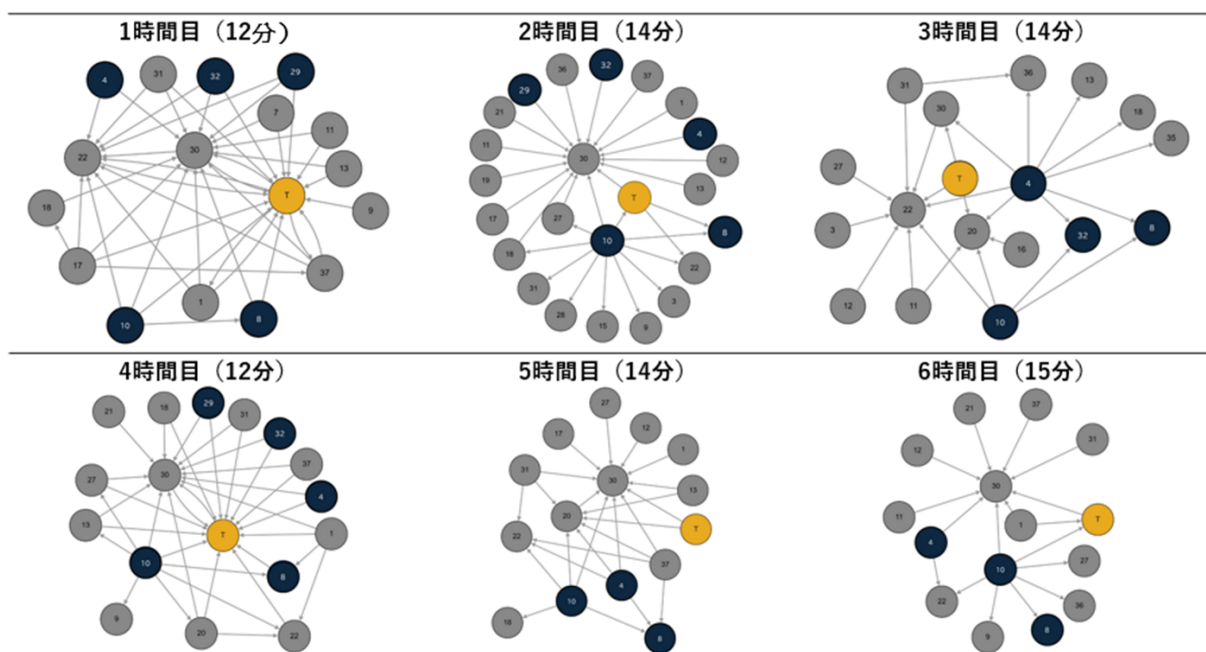


図 3 非言語的コミュニケーションのネットワーク図

## 考察

言語的コミュニケーションの結果を確認すると、HSP 群と教師の関係においては、単元の序盤では関係性があまり見られなかった。生徒同士の関係においては、HSP 群は仲間との対話が多く行われていることや仲間同士を繋ぐような役割をしていることが示唆される。しかし、対話の中心となっている時間は非 HSP 群の方が多くみられることから、HSP 群は中心となる生徒との対話はもちろん、他生徒との対話にも働いていると考えられる。Aron&Aron (1997) は、HSP の人は外部からの刺激に反応しやすい性質があることを報告している。この外部からの刺激は光などの視覚情報や音などの聴覚情報も含まれている。HSP の生徒は様々な音に反応する性質があることから、他生徒の対話や近くににいる生徒の話に反応し、言語的なコミュニケーションが多く行われている可能性が考えられる。しかし、仲間との繋がりが教師との繋がりによりも多く見られた点は、単元が集団種目であったことから、周囲の仲間へ意識が向いていたことが推察できる。

非言語的コミュニケーションの結果では、HSP 群は周囲に対して動きの影響を与える時間が多いことが明らかになった。HSP の特性として、周囲の視覚情報や聴覚情報に過敏であることや、他者の感情などに敏感であることが挙げられていたが、体育授業における非言語的コミュニケーション分析によるネットワーク図ではそれらの特性がほぼ見られなかった。西谷 (2024) は、感情を判別する精度は HSP 傾向の高低とは異なる別のシステムが影響している可能性があるとしていることから、体育授業における非言語的コミュニケーションにおいて、感情などによって引き起こされる他者の表情や行動によってはあまり影響していない可能性が考えられる。非言語的コミュニケーションは、単元の序盤では、教師や特定の生徒に対して動きの影響を与え、単元が進むにつれて複数の生徒に対して動きの影響を与える時間が多くなっている。このことから、HSP の生徒は単元が進むにつれて、

周囲の動きに影響を及ぼし、仲間の活動を促進させる役割をする可能性が考えられる。つまり、単元の序盤において、HSP の生徒が活躍できる場面があると、単元の後半においては学級としての繋がりがより多くなるのではないかと示唆する。

## まとめ

本研究の目的は、感覚処理感受性の高い生徒が体育授業でどのような言語的・非言語的コミュニケーションを行っているかを可視化して明らかにすることを目的とした。

本研究の結果から、HSP の生徒は対話活動において仲間同士での対話が多く、仲間を繋ぐ役割を果たしていることが示唆された。非言語的コミュニケーションでは、HSP の生徒は他者に影響を与える時間が多くなっている一方で、動きによる他者への影響は体育授業において直接的に影響されない可能性が考えられた。また、単元が進むにつれて HSP の生徒が動きの影響を与えている時間が多いことから、仲間の動きを活発化させる役割をしていると示唆する。以上のことから、HSP の生徒は体育授業において対話によって仲間の学習を促進させる可能性や、HSP の生徒が積極的に動くことで仲間の動きを活性化させる可能性が考えられる。これまでの研究では、SPS や HSP のネガティブな側面やパーソナリティとの関連などが示唆されているが、本研究の結果は実際の HSP の生徒のコミュニケーション状況を明らかにすることで、生徒の強みを活かした授業づくりや生徒理解に繋がるものであると考えられる。

本研究の課題として、飯村 (2016) による尺度によって HSP の生徒を抽出して実態調査を行ったが、可視化したデータのみではなく HSP の生徒自身の考えがどのように変化したかを質的な調査によって明らかにする必要があると考えられる。また、本調査で抽出された HSP の生徒は「体育が好き」と回答する生徒が多かったことが結果に大きく影響している可能性も考えられる。今後の課題として、HSP の生徒の中でも体育に否定的な生徒

を対象とすることで、より HSP の生徒の実態を明らかにすることに繋がると考える。

(小田島 帆希 教職大学院 2 年)

(河合 甫 教職大学院 1 年)

(佐藤 光 上野幌中学校主幹教諭)

(中島 寿宏 札幌校教授)

## 引用文献

- 蛭名秀哉・高見京太 (2018) 中高生における運動および体育に対する好き嫌いの実態と要因の観点から「よい体育の授業」を検討する. 法政大学スポーツ健康学研究紀要, 9: 49-63.
- Elaine N. Aron and Arthur Aron (1997) Sensory-Processing Sensitivity and Its Relation to Introversion and Emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(2) : 345-368.
- 船橋亜希 (2013) 成人用感覚感受性尺度作成の試み. 中京大学心理学研究科・心理学部紀要, 12(2) : 29-36 .
- 飯村周平 (2016) 中学生用感覚感受性尺度 (SSSI) 作成の試み. *パーソナリティ研究*, 25(2) : 154-157.
- 岩川祐依 (2022) 日本における感覚の感受性に関する研究の動向 ——感覚処理感受性、及び Highly Sensitive Person の研究を中心に——. 甲南女子大学大学院論集, 20: 21-31.
- 松井高光・柳原朱里・久保田浩史・木村昌彦・山本耕太・橋口剛夫・長見真・持田尚・田村昌大・吉鷹幸春・岩沼聡一朗 (2021) 体育に肯定的な印象を持つための授業づくり —アンケートによる過去の体育授業に関する実態調査から— . 帝京科学大学教育・教職研究, 1 : 23-30.
- 文部科学省 (2023) 「誰一人取り残されない学びの保障に向けた不登校対策 (COCOLO プラン)」  
[https://www.mext.go.jp/content/20230418-mxt\\_jidou02-000028870-cc.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20230418-mxt_jidou02-000028870-cc.pdf)
- 文部科学省 (2024) 令和 5 年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果及びこれを踏まえた対応の充実について (通知) .  
[https://www.mext.go.jp/content/20241031-mxt\\_jidou02-100002753\\_1\\_2.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20241031-mxt_jidou02-100002753_1_2.pdf)
- 西谷健次・小又琉莉 (2024) HSP 傾向が他者感情の認知に及ぼす影響. 作新学院大学作大論集, 18 : 37-47.
- 奥野洋子 (2023) 中学生における感覚過敏さと学校適応との関連. 近畿大学総合社会学部紀要, 12(1).
- 矢野康介・木村駿介・大石和男 (2017) 大学生における身体運動習慣と感覚処理感受性の関連. 体育学研究, 62 : 587-598.

