

博士（人間科学）学位論文 概要書

子どもの社会不安に対する早期介入・予防プログラムの  
開発

Development of Prevention and Early Intervention  
Program for Childhood Social Anxiety

2007年 1月

早稲田大学大学院 人間科学研究科

笹川 智子

Sasagawa, Satoko

研究指導教員： 野村 忍 教授

近年、児童青年期の社会不安に対する関心が高まりつつある。元来、子どもは発達過程において一時的に対人関係や他者からの否定的な評価に対して敏感になることが知られているが、そうした不安が極端に高まり、発達上適応的な行動を妨害し制限するとき、さまざまな適応上の問題が引き起こされる。若年期発症の社会不安は予後が悪く(DeWit et al., 1999)、成人期の機能障害の原因となるだけでなく(Albano, 2003)、学業上・対人関係上の困難をもたらす(Beidel et al., 1999)。重篤な機能障害が起こる前に適切な介入を行うことができれば、最小限のコストで、最大限の介入効果を得ることができる。

しかし、本邦においては、児童青年期の社会不安に関する知見が十分に蓄積されておらず、介入技法の研究もほとんどなされていない。特に学校等の教育機関では児童の「対人不安」が不登校などの問題行動に結びつくケースが多く(小林, 2003)、効果的な介入技法が確立されれば学校が有力なサービス提供の場となることが期待できる。だが現状では社会不安に対する体系的な介入プログラムが存在せず、教員も問題の対応に苦慮していることが指摘されている(伊藤, 2003)。そこで、本研究では児童青年期の社会不安の特徴を調べ、早期介入・予防のための認知行動プログラムを開発することを目的とした。また、作成したプログラムの学校環境における適用・維持可能性について検討した。

はじめに、首都圏の公立学校に通う小学5年生592名(男子305名,女子287名)および中学2年生467名(男子230名,女子236名,無記入1名)を対象に、日本語版 Social Phobia and Anxiety Inventory for Children (SPAI-C; 石川ら, 2004)と、社会的場面に関するシナリオ呈示課題を実施した。その結果、中学生では小学生よりも不安の生じる場面とそうでない場面の弁別が明確であり、全体的に社会不安得点が高いことが示された。このことから、介入プログラムでは小学生よりも中学生を対象とした方が高い効果が得られることが示唆された。また、社会不安の高い子どもにおいては心拍の亢進、ネガティブな考え、社会的な場面における対処スキルの欠如が顕著に見られた。そのため、プログラムではリラクゼーション法、認知的再体制化、社会的スキル訓練を組み合わせて用いることとした。

次に、首都圏の公立A中学校の1年生1学級30名(男子15名,女子15名)、2年生1学級33名(男子18名,女子15名)を対象に、計3時限(各45-50分)の社会不安に対する早期介入・予防プログラムを実施した。プログラムはリラクゼーション法、社会的スキル訓練、認知的再体制化、の3要素で構成し、臨床心理学を専攻する大学院生4名によって実施した。プログラム実施後の社会不安得点は有意に減少し、ネガティブな認知にも改善が見られた。日本語版 SPAI-C によって測定したプログラム実施前の社会不安得点が平均値の1標準偏差以上であった高特性者においても、同様の効果が得られた。プログラム終了後3ヶ月、6ヶ月、1年時点で介入群と統制群を比較した結果、高特性者の1年後の社会不安得点に有意な差が認められた。このことから、本研究で開発したプログラムは、社会不安の低減・予防に対して有効であることが示された。

最後に、プログラムの維持にかかわる要因を検討するため、首都圏近郊の公立中学校に勤務する教員15名(男性4名,女性11名)を対象に質問紙調査を行った。対象者には社

会不安に関する説明文を呈示し、そうした問題を持つ子どもとの接触機会の有無、対処の困難度と対処方法、早期介入・予防プログラムに対する興味、プログラムを実施する上で障害となりうることなど、合計8つの質問項目に対する回答を求めた。その結果、8割の教員が社会不安の高い児童生徒と日常的に接しており、効果的なプログラムが提供されれば使用してみたいと考えていることが示された。また、プログラムを実施する上での最大の障害は授業時間が確保できないことであったが、1年間に129分（1授業を45分とすると約2.87回）程度の時間ならば実施可能であることが明らかにされた。このことから、本研究で開発したプログラムは学校環境の中で適用・維持可能なものであることが示された。

本研究の意義として、社会不安に対する包括的な学級介入プログラムを開発したことが挙げられる。このことにより、援助を必要とするすべての子どもに支援を行き渡らせ、児童生徒の現在の社会不安を解消するだけでなく、長期にわたって適応を促進することが可能となった。今後はプログラムの成果を維持・増大させるために、個別介入との併用などを検討することが望まれる。