Osaka University Knowledge Archive

| | |
|---|---|
| Title | Effectiveness of a cognitive behavioural therapy-based anxiety prevention programme for children : a preliminary quasi-experimental study in Japan |
| Author(s) | 浦尾, 悠子 |
| Citation | 大阪大学, 2016, 博士論文 |
| Version Type | VoR |
| URL | https://doi.org/10.18910/59649 |
| rights | |
| Note | |

*Osaka University Knowledge Archive : OUKA*

https://ir.library.osaka-u.ac.jp/

Osaka University

様式３

# 論　文　内　容　の　要　旨

| 氏　名　（　浦　尾　悠　子　） | |
|---|---|
| 論文題名 | Effectiveness of a cognitive behavioural therapy-based anxiety prevention programme for children: a preliminary quasi-experimental study in Japan<br>（認知行動療法に基づく子ども向け不安予防プログラムの効果-日本における準実験的研究-） |

論文内容の要旨

〔目　　的〕

子どもの不安症の有病率は8~22%とされる(Dadds et al., 1997)。児童・思春期に精神疾患を発症した場合、慢性の経過を辿り、再発のリスクも高まる(Cartwright-Hatton et al., 2006)ことから、成人期の問題に発展しないためにも、子どものメンタルヘルスの問題に対する予防や早期介入が特に重要と考えられる(Liddle & Macmillan., 2010)。子どもの不安症に対しては、認知行動療法（以下CBT）の有効性が示されており(Silverman, Pina, et al., 2008)、諸外国では、不安のCBTプログラムが予防教育として学校現場で実施され、複数の先行研究により、クラス全員を対象に行われるユニバーサルなレベルでの不安低減効果が確認されている(Neil & Cristensen, 2009; Teubert & Pinquart, 2011)。しかし日本では、子どものCBTに基づく予防プログラムの効果検証研究は数が少ない。そこで、本研究では、日本独自の教育現場にあわせた不安のCBTに基づく子ども向け予防プログラムを作成し、パイロットスタディとして、参加を希望する小学校高学年の児童を対象に、放課後のプログラムとして実施することで、その効果を検証するとともに、日本の学校教育現場での実施可能性を明らかにすることを目的とした。

〔方法ならびに成績〕

子どもの不安症の治療に用いるCBTの理論を参考に、日本独自の学校教育の実態にあわせた時間で、日本の子どもが興味をもって実施できる内容と表現を開発し、子ども向け不安のCBTプログラム「勇者の旅」を作成した。千葉大学倫理審査委員会での承認後、研究参加者をチラシで募集し、本人と保護者から書面での同意を得られた、小学校通常学級に通う13名の児童及びその保護者を介入群とした。パイロットスタディとして、簡易なスノーボールサンプリングで集めた16名を統制群とした。2013年4月～9月にかけて、市内の公共施設において放課後の時間帯に、毎週1回45分×10セッション+2回のブースターセッションを介入群児童に対して実施した。ベースライン(pre)、介入直後(post)、3ヶ月後フォローアップ(FU)の各地点において、スペンス児童不安尺度(SCAS; Spence children anxiety scale)の児童用(SCAS-C)および保護者用(SCAS-P)を用いた評価を行った。混合モデル反復測定(MMRM)を用いての統計解析の結果、SCAS-CのFU時点のベースラインからの変化量は、介入群が-8.92 (95%CI -8.02 to 1.66)、統制群が-3.17 (95%CI -1.355 to -12.85) であり、グループ間の差は5.747 (95%CI -1.355 to -12.85, p=0.062)であった。一方、SCAS-PのFU時点のベースラインからの変化量は、介入群が-9.554 (95%CI -12.91 to -6.19)、統制群が0.154 (95%CI -2.88 to 3.19)であり、グループ間の差は9.709 (95%CI 5.179 to -14.23, p=0.0001)であった。また、脱落者はなく、終了後の自由記述アンケートからは、児童及び保護者の双方から、プログラムに対する肯定的評価が数多く得られた。

〔総　　括〕

独自に開発した小学校高学年向け予防目的の不安のCBTプログラム「勇者の旅」の実施可能性と効果検証のためのパイロットスタディを行った。プログラム参加児童の中途脱落がなく、児童・保護者の自由記述評価も高かったことから、「勇者の旅」の学校における実施可能性についての一定の評価ができた。また、保護者による評価(SCAS-P)において、介入群が統制群に比べ、児童の不安の有意な低減がみられた。児童による自己評価(SCAS-C)では、両群の有意差は示されなかったものの、不安低減に関する効果量はpostでd = 0.72 (-0.07, 1.51)、3か月FUでd = 0.65 (-0.13, 1.44)であり、他国のプログラムの先行研究と同等あるいはそれ以上であった(e,g., Lowry-Webster et al. 2001-2003; postでd = 0.62, 12か月FUで d = 0.63, Barrett et al. 2005; postでd = -0.21, 12か月FUで d = 0.38, Barrett et al. 2003-2006; postで d = 0.32, 12か月 FUで d= 0.22)。今後は、本パイロットスタディをもとに、「勇者の旅」プログラムを学校の授業として実践できる担任教師を適切な研修を行うことで養成し、介入クラス群と統制クラス群のブロック・ランダム化比較試験による効果研究を行う予定である。

様式７

# 論文審査の結果の要旨及び担当者

| 氏　名　（　浦　尾　悠　子　） | | |
|---|---|---|
| 論文審査担当者 | （職） | 氏　名 |
| | 主　査　教　授 | 小　坂　浩　隆 |
| | 副　査　教　授 | 谷　池　雅　子 |
| | 副　査　教　授 | 三　邉　義　雄 |

## 論文審査の結果の要旨

本研究論文は、不安の認知行動療法（cognitive behavioural therapy, 以下CBT）に基づき、著者らが開発した日本の子ども用の不安予防プログラムに対してのパイロットスタディである。

子どもの不安症の有病率は8~22%とされる(Dadds et al., 1997)。児童・思春期に精神疾患を発症した場合、慢性の経過を辿り、再発のリスクも高まる(Cartwright-Hatton et al., 2006)ことから、成人期の問題に発展しないためにも、子どものメンタルヘルスの問題に対する予防や早期介入が特に重要と考えられる(Liddle & Macmillan., 2010)。子どもの不安症に対しては、CBTの有効性が示されており(Silverman, Pina, et al., 2008)、諸外国では不安のCBTプログラムが予防教育として学校現場で実施され、複数の先行研究によりクラス全員を対象に行われるユニバーサルなレベルでの不安低減効果が確認されている(Neil & Cristensen, 2009; Teubert & Pinquart, 2011)。しかし、日本では子どものCBTに基づく予防プログラムの効果検証研究は数少ない状況である。そこで、本研究では、日本独自の教育現場にあわせた不安のCBTに基づく子ども向け予防プログラムを作成し、パイロットスタディとして、参加を希望する小学校高学年の児童を対象に放課後のプログラムとして実施し、その効果を検証するとともに日本の学校教育現場での実施可能性を明らかにすることを目的としている。

著者らが、子どもの不安症の治療に用いるCBTの理論を参考に、日本独自の学校教育の実態にあわせた時間で、日本の子どもが興味をもって実施できる内容と表現を独自に開発し、子ども向け不安のCBTプログラム「勇者の旅」を作成した。千葉大学倫理審査委員会での承認後、研究参加者をチラシで募集し、本人と保護者から書面での同意を得た小学校通常学級に通う13名の児童及びその保護者を介入群とし、パイロットスタディとして、簡易なスノーボールサンプリングで集めた16名を統制群としている。2013年4月～9月にかけて、市内の公共施設において放課後の時間帯に、毎週1回45分×10セッション+2回のブースターセッションを介入群児童に対して実施された。ベースライン(pre)、介入直後(post)、3ヶ月後フォローアップ(FU)の各地点において、スペンス児童不安尺度(SCAS: Spence children anxiety scale)の児童用(SCAS-C)および保護者用(SCAS-P)を用いて評価をしている。混合モデル反復測定(MMRM)を用いての統計解析の結果、SCAS-CのFU時点のベースラインからの変化量は、介入群が-8.92 (95%CI -8.02 to 1.66)、統制群が-3.17 (95%CI -1.355 to -12.85) であり、グループ間の差は5.747 (95%CI -1.355 to -12.85, p=0.062)であった。一方、SCAS-PのFU時点のベースラインからの変化量は、介入群が-9.554 (95%CI -12.91 to -6.19)、統制群が0.154 (95%CI -2.88 to 3.19)であり、グループ間の差は9.709 (95%CI 5.179 to -14.23, p=0.0001)であった。また、脱落者はなく、終了後の自由記述アンケートからは、児童及び保護者の双方から、プログラムに対する肯定的評価が数多く得られた。

以上の結果から、子ども向け不安のCBTプログラム「勇者の旅」の、学校における実施可能性について評価はできる。また、保護者による評価(SCAS-P)においては、統制群に比べ、介入群児童の不安の有意な低減がみられ、児童による自

己評価(SCAS-C)においては、両群の有意差は示されなかったものの、不安低減に関する効果量は、postでd = 0.72 (-0.07, 1.51)、3か月FUでd = 0.65 (-0.13, 1.44)と、他国の不安予防プログラムの先行研究と比較し同等あるいはそれ以上であった(e,g., Lowry-Webster et al. 2001-2003; postで d = 0.62, 12か月FUで d = 0.63, Barrett et al. 2005; postで d = -0.21, 12か月FUで d = 0.38, Barrett et al. 2003-2006; postで d = 0.32, 12か月FUで d= 0.22) 。著者らは今後の発展性について、本パイロットスタディをもとに「勇者の旅」プログラムを学校の授業として実践できる担任教師を養成し、介入クラス群と統制クラス群のブロック・ランダム化比較試験による効果研究を行いたいと考えている。

以上より、本論文は、日本の子どもを対象とした認知行動療法に基づく不安の予防プログラムの有効性を明らかにした価値ある業績であり、博士（小児発達学）の学位授与に値すると考える。