Osaka University Knowledge Archive

Title	A pilot and feasibility study of a cognitive behavioural therapy-based anxiety prevention programme for junior high school students in Japan: a quasi-experimental study
Author(s)	大平, 育世
Citation	大阪大学, 2020, 博士論文
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/76661
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　（　大平　育世　）	
論文題名	A pilot and feasibility study of a cognitive behavioural therapy-based anxiety prevention programme for junior high school students in Japan: a quasi-experimental study （日本の中学生を対象とする認知行動療法に基づく不安予防教育プログラムの実用可能性に関するパイロットスタディ――準実験的研究――）

論文内容の要旨

〔目的〕

不安障害は、児童・思春期の精神疾患の中で最も有病率が高く、放置された場合、成人期のメンタルヘルスの問題に発展することが示されている（Essau & Gabbidon, 2013; Baxter et al., 2014）。子どもの不安障害は不登校や学力の低下などの一因となり、学校生活にも強く影響するとされており（McShane et al., 2001; De Lijister et al., 2018）、その予防や早期介入は重要である。

認知行動療法（以下、CBT）は子どもの不安や抑うつの治療に役立てられているが、不安の問題の予防を目的とした心理教育的アプローチとしても注目を集め、学校で実施された予防目的のCBTプログラムの有効性も示されている（Neil & Christensen, 2009)。日本においても、社会的・文化的背景に沿ったCBTプログラム「勇者の旅」（Urao et al., 2016）が開発されており、小学校高学年を対象に授業として実施した結果、児童の不安が低減し、その有効性が示されている（Urao et al., 2018）。

国内の調査結果によると、不登校児童生徒数は中学1年生で急増する傾向にあることが報告されており、小学校から中学校への移行に伴い情緒面・行動面の問題が生じやすいとされている（中村, 2016; 文部科学省, 2018）。そこで本研究では、メンタルヘルスの問題の予防と早期介入を目的として、中学1年生を対象に「勇者の旅」を実践し、その実用可能性を探索することを目的とした。

〔方法〕

１）対象者と実施期間：A県の2校の公立中学校に通う1年生149名（介入群）、2年生89名（統制群）を対象とし、2017年9月～2018年3月に介入および質問紙調査を実施した。

２）介入プログラム：小学校高学年向けに開発された「勇者の旅」プログラム（全10回）のワークブックを用いて、中学生向けに7回（50分・1、2週間に1回）に短縮したものを、担任教師が介入群の各学級にて授業の一環として実施した。

３）評価方法：Pre・Post・Follow-upの計3回、1.Spence Children’s Anxiety Scale (SCAS) 日本語版（Spence, 1998; Ishikawa et al., 2009）、2.The Emotion Regulation Skills Questionnaire（ERSQ）日本語版（Berking & Znoj,2008；Fujisato et al.,2017）を用いて評価を行った。また、プログラム終了後に、3.オリジナルのアンケート調査を介入群の生徒を対象に実施した。

〔結果〕

反復測定混合効果モデル（MMRM）を用いた統計解析の結果、Follow-up時点でのPreからの変化量は、1.SCASは介入群が-2.20 (95% CI: -3.49 to -.91)、統制群が-1.70 (95% CI: -3.37 to -.05)であり、グループ間の差は、-.49 (95% CI: -2.60 to 1.61, p = .64)であった。2.ERSQは、介入群が2.13 (95% CI: -.15 to 4.41)、統制群が.61 (95% CI: -2.20 to 3.42)であり、グループ間の差は、1.52 (95% CI: -2.10 to 5.14, p = .41)であった。3.オリジナルのアンケート調査では、多数の生徒から肯定的評価が得られた。

〔総括〕

本研究は、中学生を対象とした「勇者の旅」プログラムの初めての介入研究であったが、中途脱落した学校・学級がなく、年度内に全ての授業が実施された。また、オリジナルのアンケート調査では、多数の生徒より肯定的な評価が得られたことから、中学校での本プログラムの実用可能性の一部が確認されたと考える。一方、介入群で不安スコアの低減は見られたものの、統制群との比較においては、小学校での介入研究（Urao et al., 2018）で示されたような有意な変化は示されなかった。今後、中学生の発達段階を踏まえた内容のワークブックを開発し、十分なサンプルサイズによる有効性検証のための試験を実施したいと考える。

様式 7

論文審査の結果の要旨及び担当者

氏　名　（　大平育世　）			
論文審査担当者		（職）	氏　名
	主 査	教授	片山 泰一
	副 査	教授	小林 宏明
	副 査	教授	清水 栄司

論文審査の結果の要旨

不安障害は、児童・思春期の精神疾患の中で最も有病率が高く、放置された場合、成人期のメンタルヘルスの問題に発展することが示されている。子どもの不安障害は不登校や学力の低下などの一因となり、学校生活にも強く影響するとされており、その予防や早期介入は重要である。認知行動療法（以下、CBT）は子どもの不安や抑うつの治療に役立てられているが、不安の問題の予防を目的とした心理教育的アプローチとしても注目を集め、学校で実施された予防目的のCBTプログラムの有効性も示されている。日本においても、社会的・文化的背景に沿ったCBTプログラム「勇者の旅」が開発されており、小学校高学年を対象に授業として実施した結果、児童の不安が低減し、その有効性が示されている。一方、国内の調査結果によると、不登校児童生徒数は中学1年生で急増する傾向にあることが報告されており、小学校から中学校への移行に伴い情緒面・行動面の問題が生じやすいとされている。そこで本研究では、メンタルヘルスの問題の予防と早期介入を目的として、中学1年生を対象に「勇者の旅」を実践し、その実用可能性を探索することを目的とした。

2校の公立中学校に通う介入群149名、統制群89名を対象とし、9月～3月に介入および質問紙調査を実施した。小学校高学年では全10回実施した「勇者の旅」プログラムワークブックを用いて、今回、同プログラムを7回に短縮したものを、介入群の各学級にて担任教師が授業の一環として実施した。評価は、Pre・Post・Follow-upの計3回、1.Spence Children's Anxiety Scale (SCAS) 日本語版、2.The Emotion Regulation Skills Questionnaire (ERSQ) 日本語版を用いて評価を行った。また、プログラム終了後に、3.オリジナルのアンケート調査を介入群の生徒を対象に実施した。

反復測定混合効果モデル（MMRM）を用いた統計解析の結果、介入群で不安スコアの低減は見られたものの、統制群との比較においては、小学校での介入研究で示されたような有意な変化は示されなかった。一方、中途脱落した学校・学級がなく、オリジナルのアンケート調査では、多数の生徒より肯定的な評価が得られたことから、中学校での本プログラムの実用可能性の一部が確認されたと考える。今後、中学生の発達段階を踏まえた内容のワークブックを開発し、十分なサンプルサイズによる有効性検証など改良の余地はあるが、本研究は、中学生を対象としたCBTプログラム「勇者の旅」の初めての介入研究であり、本研究成果は、不登校生徒数の増加する中学生のメンタルヘルスの問題の予防と早期介入に関する新たな知見を与えるものであり、学位の授与に値すると考えられる。