

上越教育大学研究プロジェクト 終了報告書（若手研究）

研究代表者 所属・職名 臨床・健康教育学系
氏 名 宮崎 球一
 研究期間 令和3年度

研究プロジェクトの名称	社交不安が強い子どもに対する集団認知行動療法の効果
研究プロジェクトの概要	<p>社交不安症（social anxiety disorder：SAD）」は、人と関わることに過度な不安をいだいたり、社交場面において他者からの否定的な評価に敏感になるといった特徴を持つ精神疾患であり、子どもの SAD あるいは社交不安傾向の高さは学校での不適応の要因となっている。SAD に対する効果的な介入方法の一つに認知行動療法があるが、集団で行う実践研究はまだ少なく、子どもに対する実践も不十分である。またこれまでの介入研究の効果の判定は質問紙を用いた主観的な評価によるものが多く、日常生活で行動に変容が見られたかどうかを確認した研究はほとんどない。そこで本研究では、社交不安傾向が高い子どもを対象とした集団認知行動療法プログラムを実施し、その効果を実際の行動を測定することによって確かめることを目的とした。</p>
<p>研究 成 果 の 概 要</p> <p>※申請時にチェックした「取組課題」との関連とその成果も明記すること。</p>	<p>本研究の参加者は小学生2名（3年生，4年生の女子児童）であった。プログラムは全8回で構成したものを実施し、プログラムの実施時間中とその前後でアンケートや行動記録を行ってもらった。まずプログラムへの取り組みやすさについては、参加した児童及び保護者から概ね好評であった。次に、社交不安に関連する尺度得点については、介入前と比較すると、介入後やや減少していた。この結果に関してはさらに長期間での変化を確認する必要があると言える。最後に行動記録については、スモールステップで行動に取り組む計画を立てたことで、部分的に社交行動が増えたことが確認された。ただし、参加者によっては実施が難しかった行動があり、スモールステップの設定の仕方に課題があったと言える。また、学校での行動変容については不十分なところがあり、プログラムで工夫した環境要因や取り組みの工夫を、直接的に学校場面に導入する様な工夫をすることが必要であると考えられた。</p>
研究成果の発表状況	<p>本研究の成果は、研究従事者である坂詰晶楽が修士論文としてまとめており、2021年度に提出する予定である。また今後国内の学会で発表を行う予定である。</p>
学校現場や授業への研究成果の還元について	<p>まず学会発表によって、子どもに対する集団認知行動療法のプログラムや実施の工夫などを伝えることができ、今後 SAD や社交不安に関する困りごとを抱えている子どもに対する支援の一助となることが期待される。また、プログラムの内容を学校に紹介することで、学校の中で社交不安に取り組む活動が広がることが期待される。</p>

【提出期限】 令和4年3月31日（木）：厳守