

大学院生プロジェクト型研究・研究成果報告書

研究代表者：櫻庭 真弓（臨床心理学コース）

■ 研究題目
不登校傾向低減のための解決志向短期療法のワークの開発
■ 研究代表者・分担者 氏名
櫻庭 真弓（臨床心理学コース）（代表者）
■ 研究成果概要（目的、実施内容、結果、今後の課題など）
問題と目的 <p>不登校問題の深刻さが指摘されて四半世紀以上経つがいまだに不登校の生徒数は増加傾向にある。特に中学校における不登校生徒は多く、令和元年度の中学校における不登校生徒数は 127,922 人と文部科学省が平成 3 年度に調査を始めてから最も多くなっている（文部科学省, 2020）。また不登校になっていなくても、学校に行くことが嫌だと感じながらも我慢して登校している生徒や、欠席数が少ないため教師からは見えにくい遅刻や早退が多い生徒（森田, 1991）といった不登校傾向を示す生徒は多い。実際に、中学生のうち約 10 人に 1 人が不登校傾向を示している（日本財団, 2018）。</p> <p>そこで本研究では、不登校傾向の低減に有効な具体的な手段として、解決志向短期療法（Solution Focused Brief Therapy:以下 SFBT）に着目した。SFBT は、de Shazer et al.(1986)が提唱した治療モデルであり、クライアントの思考の枠組みをもとにウェルフォームド・ゴール（十分に練り上げられた現実性のある目標）を作り出すこと、例外をもとに解決を作り出すことが大きな特徴である（De Jong & Berg, 2013 桐田他訳 2016）。SFBT は、海外ではこれまでに学校現場において、多動や問題行動、自己中心的な行動の減少や学業成績の上昇における効果が示されている（Franklin, Kim, & Brigman, 2012 岩本訳 2013）。日本においては、解決志向アプローチを取り入れたコンサルテーション（黒沢・西野・鶴田・森, 2015）や不登校児童に対して SFBT を用いた事例（相模, 2012）がある。しかし、学校現場において学級や学年を対象とした SFBT による介入を行った研究は少なく、不登校の生徒や不登校傾向を示す生徒にとって SFBT が有効であるかについては未だ明らかにされていない。そこで本研究では SFBT に基づくワークシートによるプログラムを実施し、その効果を検討する。</p>

方法

調査対象は、A 県の公立中学校 1 年生 103 名であった。そのうち SFBT の技法を用いたワークプログラムに取り組む実験群を 2 クラス (54 名)、ワークプログラムへの参加を待機する統制群を 2 クラス (49 名) とした。まず、実験群、統制群の両方に事前の効果測定を実施し、実験群にはその翌日に 1 回目のワークを実施し、その約 1 週間後に 2 回目のワークを実施し、その翌日に両群に事後の効果測定を実施した。

調査内容

効果測定の問題紙の構成

- ・フェイスシート：学年・クラス、出席番号、性別。
- ・レジリエンス：平野（2010）が作成した「レジリエンス要因尺度」を用いる。資質的レジリエンス要因と獲得的レジリエンス要因の 2 因子構成
- ・不登校傾向：土屋・細谷・東條（2010）が作成した日本語版 SRAS-R 登校児用（School Refusal Assessment Scale-Revised for Japanese Attendance at School：SRAS-R-JA）を用いる。ネガティブ感情の回避、対人場面からの逃避、家族からの注意獲得行動、不登校行動の具体的な強化子の 4 因子構成。
- ・解決構築：Takagi et al.(2019)の修正版解決構築尺度を用いる。本尺度は青年期後期以降を対象に作成されたため、中学生に使用するに当たり項目内容の表現を平易にした。

ワークの構成

- ワークは黒沢(2012),高木・若島(2019)を参考に作成した。
- ・1 回目のワーク：個人の悩みの解決を目指すものである。①悩みの選択、②具体的な悩みの記述、③悩みの深刻さをスケーリング、④問題がある中で現在の状態をスケーリング、⑤ミラクルクエスチョン、⑥目標の設定、⑦例外探し、⑧ワークの取り組み態度を確認する 2 項目からなる。
 - ・2 回目のワーク：現在のクラスの状態に着目し、理想のクラスの状態を目指すものである。①現在のクラスの状態をスケーリング、②ミラクルクエスチョン、③目標の設定、④例外探し、⑤ワークの取り組み態度を確認する 2 項目からなる。

結果

調査対象者のうち回答に不備があった者を除き、さらに実験群では全 2 回のワークについて操作チェックを行い、操作チェックを全てクリアした者を分析対象とした。分析対象者は、実験群 12 名（男子 6 名、女子 6 名）、統制群 40 名（男子 24 名、女子 16 名）であった。

まず群の等質性を確認するために、群を独立変数、事前段階の効果測定の得点（資質的レジリエンス要因、獲得的レジリエンス要因、ネガティブ感情の回避、対人場面からの逃

避, 家族からの注意獲得行動, 不登校行動の具体的な強化子, 解決構築) を従属変数とする t 検定を行った。その結果, 資質的レジリエンス要因 ($t(29.88)=2.58, p<.05$), 家族からの注意獲得行動($t(46.23)=2.92, p<.01$), 解決構築 ($t(47)=2.26, p<.05$) において実験群の方が統制群よりも高くなっていた。また有意傾向であるが, 獲得的レジリエンス要因 ($t(50)=1.94, p<.1$) において実験群の方が統制群よりも高くなっていた。

次に, ワークプログラムの効果を検討するために, 効果測定の結果を従属変数, 時期(事前/事後)と群(実験群/統制群)を独立変数とする反復測定の二要因の分散分析を行った。その結果, いずれの変数においても交互作用は見られなかった。獲得的レジリエンス要因とネガティブ感情の回避において, 時期の主効果が見られた(順に, $F(1,50)=4.36, p<.05, \eta_p^2=.08$, $F(1,50)=6.86, p<.05, \eta_p^2=.12$)。結果を Table1 に示す。

Table1 二要因の分散分析 結果

変数名		事前		事後		time
		M	SD	M	SD	
資質的レジリエ ンス要因	実験群 n=11	3.89	(0.42)	3.97	(0.52)	
	統制群 n=40	3.44	(0.76)	3.43	(0.74)	
獲得的レジリエ ンス要因	実験群 n=12	3.96	(0.42)	4.08	(0.34)	4.36*
	統制群 n=40	3.56	(0.68)	3.64	(0.67)	
ネガティブ感情 の回避	実験群 n=12	1.70	(1.00)	1.52	(0.66)	6.86*
	統制群 n=40	1.85	(0.64)	1.68	(0.73)	
対人場面からの 逃避	実験群 n=12	1.27	(0.43)	1.33	(0.53)	
	統制群 n=40	1.47	(0.47)	1.40	(0.49)	
家族からの注意 獲得行動	実験群 n=12	3.95	(0.33)	4.08	(0.53)	
	統制群 n=39	3.46	(0.86)	3.50	(0.85)	
不登校行動の具 体的な強化子	実験群 n=12	1.97	(0.84)	2.10	(1.04)	
	統制群 n=38	2.12	(0.81)	2.04	(1.02)	
解決構築	実験群 n=9	4.16	(0.47)	4.15	(0.50)	
	統制群 n=37	3.70	(0.61)	3.80	(0.63)	

* $p<.05$

考察

SFBTに基づくワークプログラムを実施し, その効果の検討を行った結果, ワークプログラムを実施した実験群と統制群ともに, 事前段階よりも事後段階において獲得的レジリエンス要因が高くなり, ネガティブ感情の回避が低くなることが示された。これまでに, SFBT による効果研究においては, 主に海外で様々な効果が報告されてきた。Grant et

al(2009)では SFBT に基づくコーチングを実施したことで、目標到達度、レジリエンス、仕事のウェルビーイングが増加したことが示されている。日本においても 18 歳以上の成人を対象に SFBT に基づくセルフケアツールを実施した高木・若島 (2019) において、ミラクルクエスチョンと例外探しを実施後、解決構築と自己効力感が高まったことが示されている。

本研究においては中学生を対象に実験を行ったが、SFBT に基づくワークプログラムを実施したことによる効果は示されなかった。その理由として、3つ挙げられる。第一に、実験群と統制群が等質の集団ではなかったことがある。ワークプログラムを実施する事前の段階において、実験群の方が統制群よりも、資質的レジリエンス要因、家族からの注意獲得行動、解決構築において高くなっていた。また、有意傾向ではあるが、獲得的レジリエンス要因においても実験群の方が統制群より高くなっていた。今後、可能な限り等質な集団になるよう群分けを行う必要がある。第二に、実験群と統制群におけるサンプル数に偏りがあったことがある。実験群において、ワークの取り組み態度や実験操作が不十分であった者を除外するためにチェックリストを設定したが、チェックリストによって分析の対象外となった生徒が半数以上となった。今後の課題として、中学生のワークに取り組む意欲を高めることやワークの内容の改善が必要である。第三に、実施期間の短さが挙げられる。本研究では、全 2 回のワークプログラムを約 1 週間の期間内で実施し効果測定を行ったため、ワークプログラムの効果が表れないうちに効果測定に至った可能性が考えられる。今後、より長い期間でワークプログラムを実施し効果を検討したい。

引用文献

- De Jong, P., & Berg, I. K. (2013). *Interviewing for solutions* (4th ed.). CA: Brooks Cole (桐田弘江・住谷裕子・玉真慎子 (監訳) (2016). 解決のための面接技法 金剛出版)
- de Shazer, S., Berg, I. K., Lipchik, E., Nunnally, E., Molnar, A., Gingerich, W., & Weiner-Davis, M. (1986). Brief therapy: Focused solution-development. *Family Process*, 25, 207-222.
- Franklin, C., Kim, J. S., & Brigman, K. S. (2012). Solution-Focused Brief Therapy in School Settings. In C. Franklin, T. S. Trepper, W. J. Gingerich, & E. E. McCollum (Eds.), *Solution-focused brief therapy: A handbook of evidence-based practice*. (pp. 231-246), NY: Oxford University Press. (岩本脩平 (訳) (2013). 学校における SFBT. 解決志向ブリーフセラピーハンドブック (pp. 215-226) 金剛出版)
- Grant, A. M., Curtayne, L., Burton, G. (2009). Executive coaching enhances goal attainment, resilience and workplace well-being: a randomised controlled study. *The Journal of Positive Psychology*, 4(5), 396-407.
- 平野 真理 (2010). レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み — 二次元レジリエンス要因尺度(BRS)の作成 パーソナリティ研究, 19(2), 94-106.
- 黒沢 幸子 (2012). ワークシートでブリーフセラピー—学校ですぐ使える解決志向&外在化の発想と技法— ほんの森出版

- 黒沢 幸子・西野 明樹・鶴田 芳映・森 俊夫(2015).事例とコンサルティを活かす 解決志向ブリーフセラピーのコンサルテーション
- 文部科学省(2020). 令和元年度 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について<https://www.mext.go.jp/content/20201015-mext_jidou02-100002753_01.pdf> (2021年1月14日取得)
- 森田 洋司(1991).「不登校」現象の社会学. 学文社.
- 日本財団(2018).不登校傾向にある子どもの実態調査<https://www.nippon-foundation.or.jp/app/uploads/2019/01/new_inf_201811212_01.pdf> (2019年4月9日取得)
- 相模 健人 (2012). 登園拒否児童とその母親に Solution-Focused Brief Therapy を用いた一事例：解決像とゴールの設定および親子同席面接を中心に ブリーフサイコセラピー研究,21(1), 23-32.
- 高木 源・若島 孔文(2019b).ミラクル・クエスチョンと例外探しの質問に基づくワークシートの効果の検討 心理臨床学研究, 37(4),393-399.
- Takagi, G., Wakashima, K., Kozuka, T., Yu, K., & Sato, K. (2019). The Development of the Revised Version of Solution Building Inventory Japanese version. International Journal of Brief Therapy and Family Science,9(1),1-7.
- 土屋 政雄・細谷 美奈子・東條 光彦(2010). 不登校アセスメント尺度改定版 (SRAS-R) の一般児童への適応と妥当性の検討 行動療法研究,36(2),107-118.