

令和 5 年 5 月 10 日現在

機関番号：13201

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2018～2022

課題番号：18K03032

研究課題名（和文）アクセプタンスと価値に着目した思春期・青年期の学校適応を向上させる教育支援

研究課題名（英文）Educational support to improve school adjustment in adolescents with a focus on acceptance and value.

研究代表者

石津 憲一郎（Ishizu, Kenichiro）

富山大学・学術研究部教育学系・教授

研究者番号：40530142

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,300,000円

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は、子供の学校適応や心理的適応を向上させるための心理教育プログラムを作成することであった。一連の研究において、体験の回避（対概念としてのアクセプタンス）を測定するための尺度を作成し、信頼性と妥当性を検討した。その後、調査研究によってアクセプタンスや価値の明確さが子どもの学校適応や外在化問題を予測することを明らかにした。こうした基礎的な調査研究結果を理論的エビデンスとしたうえで、アクセプタンスと自律的な価値を向上させるための心理教育プログラムを構成し、そのプログラムの効果を検証した。その結果、本研究によって作成された心理教育プログラムの一定の効果が確認された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究は自らの感情を受け入れていくという感情のアクセプタンスと、自律的に決定された価値の感覚およびそれに基づく行為としてのコミットメントに着目した学校適応を支える心理教育的プログラムを構成することを目的とした。一連の研究からアクセプタンスと価値の明確化の感覚は子どもたちの適応に寄与すること、また構成された心理教育プログラムは自律的な学習動機や価値の明確化に寄与することが示された。

研究成果の概要（英文）：The aim of the present study was to create a psychoeducational programme to improve children's school and psychological adjustment. In a series of studies, a scale to measure avoidance of experience (versus acceptance as a concept) was developed and examined for reliability and validity. Subsequently, survey research revealed that acceptance and value clarity predicted children's school adjustment and externalising problems. Based on these basic research findings as theoretical evidence, a psychoeducational program to improve acceptance and autonomous values was constructed and the effectiveness of the programme was examined. The results confirmed certain effects of the psychoeducational programme created by this study.

研究分野：教育心理学

キーワード：アクセプタンス 価値 コミットメント 体験の回避 自律 学校適応

1. 研究開始当初の背景

Acceptance & Commitment Therapy (以下、ACT とする) と呼ばれる第三世代の認知行動療法におけるキーコンセプトに心理的柔軟性(対の概念として心理的非柔軟性)がある。ここでは、人間の適応性を説明するために「アクセプタンス」「価値」「コミットされた行為」「脱フュージョン」「文脈としての自己」「今この瞬間への柔軟な注意」の6つのコアプロセスを想定している(Hayes et al., 2001)(以下、図参照)。そして、総じて心理的柔軟性が保たれている状態が、人間の well-being や QOL を支えるために重要とされる(Hayes, 1993)。

中教審答申(2008, 2015)における、子どもたちに育てたい力の中では、個人の興味や関心といった個人間の違いを認めつつも、自己との対話を重ね、主体的かつ能動的に、自らが大切にしている価値(ACT でいう personalized value)を見出しながら環境に働きかけることを重要視している。つまり、アクセプタンスや価値といった概念は教育理念と重複し、自分の人生を生きていくという意味ではキャリア教育への発展可能性も見出せる。しかしながら、こうした点についての実証研究は、多くは蓄積されていない現状がある。子どもたちが人生において生じる問題や課題に向き合いながら(アクセプタンス)自らの人生をより自律的に歩むために(価値とコミットメント)、どのような心理教育的支援が提供できるかについて検討し提言することは、本邦の教育において重要な課題である。

2. 研究の目的

本研究は、「アクセプタンス(対の概念として体験の回避)」と「価値」が、子どもたちの学校適応にどのように関連し合っているのかについて縦断的な調査研究と、そこから得られた結果に基づく教育支援プログラムの開発とその効果検証を目的とした。

3. 研究の方法

本研究では、まずアクセプタンスと学校適応や内在的問題との関連について(研究1)および、心理社会的適応と価値が外在的問題をどの程度予測するのか(研究2)を検討した。続いて、研究3としてアクセプタンスと価値への介入を目指してユニバーサルデザインの心理教育プログラムが、これらの指標と自律的な学習動機に影響を打与えるかを検討した。

- (1) 研究1では、580名の中学生を対象に、学校適応感、抑うつ傾向(内在化問題)、体験の回避に関する尺度を1か月おきに、3回の調査を行った。
- (2) 研究2では、中学生498名を対象に、学校適応感尺度、外在的問題(非行傾向)、抑うつ傾向、学校での怒り尺度短縮版(MSAI)、価値とコミットメント尺度を回答してもらった。
- (3) 研究3では、93名の統制群と110名の介入群に中学生を分類したうえで、構成された心理教育プログラムを実施し、アウトカム変数として価値とコミットメント尺度、体験の回避尺度、自律的な学習動機尺度を設定した。心理教育的介入は3回行われ、調査は介入前、介入後、フォローアップの3回行われた。

4. 研究成果

(1) 体験の回避(EA)、学校適応感(SA)、抑うつ(DEP)得点について自己回帰モデル(図1)による検討を行った結果、以下の結果が示された。

- a) まず、体験の回避と学校適応感は相互に関連していた。
- b) 学校適応感と体験の回避はともに抑うつ症状に縦断的な影響を与えるものの、体験の回避と学校適応感には抑うつ症状の有意な縦断的影響を見出すことはできなかった。
- c) したがって、子どもの学校適応とアクセプタンスは、子どもの内在化問題にとって重要であると考えられる。

(2) 学校適応感尺度、抑うつ傾向、学校での怒り尺度短縮版(MSAI)、価値とコミットメント尺度が外在的問題(非行傾向)をどの程度予測するか、ポワソン回帰モデルによる、非行傾向の予測をおこなった。その結果、学校適応感是非行傾向をほとんど予測しなかった。一方で、怒り体験の中の「皮肉の態度」「破壊的対処」と、抑うつ傾向の「意欲の減退」、価値とコミットメント尺度の「回避の持続」が有意な正の影響を与えていることが示された。「意欲の減退」は抑うつにおける中核症状であるとされることが、および研究1で示されたように体験の回避が抑うつを長期的に高める可能性を勘案すると、子供たちの示す「皮肉や破壊」だけではなく、抑うつ

ような内在化問題と、それを強化する体験の回避に焦点をあてることで、外在的問題を低減させる有効な支援となる可能性が示唆された。

また、研究1および研究2の結果を踏まえると、体験の回避（アクセプタンス）や価値の明確さに焦点を当てた心理教育プログラムを実施するある程度の妥当性が得られたと判断できる。

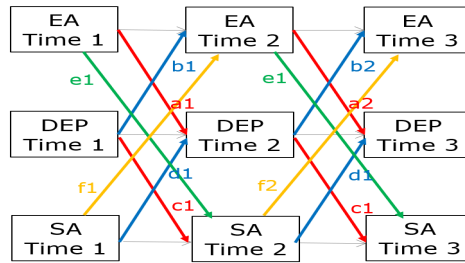


図1 研究で用いた自己回帰モデル

表1 自己回帰モデルによる各変数の影響

	T1 -> T2	T2 -> T3	RMSEA	CFI	TLI	SRMR
	(a1 / b1)	(a2 / b2)				
EA -> DEP	-.08 **	-.08 **	.090	.980	.960	.040
DEP -> EA	-	-				
	(c1 / d1)	(c2 / d2)				
DEP -> SA	-	-				
SA -> DEP	-.13 **	-.13 **				
	(e1 / f1)	(e2 / f2)				
EA -> SA	-.07 **	-.07 **				
SA -> EA	-.08 **	-.08 **				

(3) 作成された心理教育プログラムについて、統制群3クラス、介入群3クラスに中学生を分類したうえでその効果を検証した。分散分析の結果、自律的学習動機づけ尺度における「内的調整」において時期と群の交互作用が有意であった ($F(2, 382) = 3.49, p < .05$)。下位検定の結果、統制群においては得点の変化は見られなかったが、介入群において事前から事後にかけて、および事前からフォローアップにおいて内的調整得点が増加することが示された。また、価値とコミットメント尺度における「価値の明確さ」得点においても時期と群の交互作用が見られた ($F(2, 364) = 5.96, p < .01$)。下位検定の結果、統制群においては得点の変化は見られなかったが、介入群において事前から事後にかけて、および事前からフォローアップにおいて内的価値の明確さ得点が増加することが示された。一方で、体験の回避得点についてはプログラムの介入効果が認められなかった。

以上の一連の研究結果をまとめると、体験の回避および価値は、子供たちの適応状態に大きな影響力を持つことと、それらを向上させる心理教育プログラムには一定の効果が認められたものの、体験の回避を減少させるためのプログラム内容には改善の必要があることが示された。今後は、特に体験の回避に影響する要因や、体験回避が適応に与えるネガティブな影響を緩和する要因を特定し、それらの要因への介入によって体験の回避を減少させアクセプタンスを促す教育支援の在り方を検討していく必要があると考えられる。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計18件（うち査読付論文 11件 / うち国際共著 4件 / うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 Kashimura Masami, Ishizu Kenichiro, Fukumori Takaki, Ishiwata Akiko, Tateno Amane, Nomura Toshiaki, Pachana Nancy A.	4. 巻 21
2. 論文標題 Psychometric properties of the Japanese version of the Geriatric Anxiety Inventory for community dwelling older adults	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 Psychogeriatrics	6. 最初と最後の頁 378 ~ 386
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1111/psyg.12683	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 該当する

1. 著者名 下田芳幸, 寺坂明子, 石津憲一郎, 大月 友	4. 巻 6
2. 論文標題 中学生を対象とした学級単位のストレスマネジメント教育およびソーシャルスキル教育の研究動向 2012年から2021年までの実践について	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 佐賀大学大学院学校教育学研究科紀要	6. 最初と最後の頁 82-101
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 下田芳幸, 寺坂明子, 石津憲一郎, 大月 友, 稲田尚子	4. 巻 6
2. 論文標題 子ども用怒りの対処尺度の作成	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 佐賀大学大学院学校教育学研究科紀要	6. 最初と最後の頁 72-81
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 金井春音・石津憲一郎	4. 巻 16
2. 論文標題 中学生における無意図的な陰口の検出に影響する要因	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 富山大学人間発達科学部附属研究実践総合センター紀要	6. 最初と最後の頁 13-19
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 山田百花・石津憲一郎	4. 巻 16
2. 論文標題 教師の言語的賞賛が児童の感情反応に与える影響	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 富山大学人間発達科学部附属研究実践総合センター紀要	6. 最初と最後の頁 21-32
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Yoshio Kanamoto, Hiroyuki Okazaki, Kenichiro Ishizu	4. 巻 16
2. 論文標題 The Relation Between Use of YouTube, Learner's Motivation, and Perception of Lessons in EFL Classrooms at a Junior High School	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 富山大学人間発達科学部紀要	6. 最初と最後の頁 55-63
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Takahashi Fumito, Ishizu Kenichiro, Matsubara Kohei, Ohtsuki Tomu, Shimoda Yoshiyuki	4. 巻 16
2. 論文標題 Acceptance and commitment therapy as a school-based group intervention for adolescents: An open-label trial	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 Journal of Contextual Behavioral Science	6. 最初と最後の頁 71~79
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1016/j.jcbs.2020.03.001	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 該当する

1. 著者名 Kashimura Masami, Ishizu Kenichiro, Shimoda Yoshiyuki	4. 巻 87
2. 論文標題 Factor Structure and Psychometric Properties of a New Scale to Assess Alexithymia-Like Features in Japanese Youth	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 Journal of Nippon Medical School	6. 最初と最後の頁 285~293
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1272/jnms.JNMS.2020_87-507	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 該当する

1. 著者名 下田芳幸, 寺坂明子, 石津憲一郎, 大月 友, 稲田尚子	4. 巻 38
2. 論文標題 小中学生を対象とした学級単位でのアンガーマネジメント教育の研究動向	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 心理臨床学研究	6. 最初と最後の頁 46-56
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 下田芳幸, 石津憲一郎, 大月 友	4. 巻 5
2. 論文標題 中学生における学級風土, 学校ストレスと体験の回避の関連性	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 佐賀大学教育学部研究論文集	6. 最初と最後の頁 231-240
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 石浦宏樹・石津憲一郎	4. 巻 15
2. 論文標題 学級雰囲気が児童の感情に及ぼす影響	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 富山大学人間発達科学部附属研究実践総合センター紀要	6. 最初と最後の頁 29-38
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Ishizu Kenichiro, Ohtsuki Tomu, Shimoda Yoshiyuki, Takahashi Fumito	4. 巻 15
2. 論文標題 Bon Voyage: Developing a scale for measuring value among younger populations and examining its reliability and validity	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 Journal of Contextual Behavioral Science	6. 最初と最後の頁 153 ~ 161
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1016/j.jcbs.2019.12.007	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 町田克也・石津憲一郎・本村雅宏	4. 巻 14
2. 論文標題 教職員間における同僚性についての検討 教師のバーンアウトと教師モラルへの影響	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 富山大学人間発達科学研究実践総合センター紀要	6. 最初と最後の頁 21-27
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 安田陽子・石津憲一郎・本村雅宏	4. 巻 14
2. 論文標題 チーム支援会議が教師のイラショナル・ビリーフに及ぼす効果 教師の児童生徒理解の促進の視点から	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 富山大学人間発達科学研究実践総合センター紀要	6. 最初と最後の頁 29-40
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Shimoda Yoshiyuki, Ishizu Kenichiro, Ohtsuki Tomu	4. 巻 10
2. 論文標題 The reciprocal relations between experiential avoidance and social anxiety among early adolescents: A prospective cohort study	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 JOURNAL OF CONTEXTUAL BEHAVIORAL SCIENCE	6. 最初と最後の頁 115-119
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1016/j.jcbs.2018.10.001	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 該当する

1. 著者名 清水美奈・石津憲一郎	4. 巻 35
2. 論文標題 修正版主張性の4要件尺度の改編	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 富山大学人間発達科学研究実践総合センター紀要	6. 最初と最後の頁 23-30
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 堀田あけみ・石津憲一郎	4. 巻 35
2. 論文標題 高校生の学校適応を支える要因の検討(2)	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 富山大学人間発達科学研究実践総合センター紀要	6. 最初と最後の頁 13-21
掲載論文のDOI(デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 森田千尋・石津憲一郎	4. 巻 35
2. 論文標題 小学生の養育態度認知とイラショナルビリーフ、孤独感との関連性	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 富山大学人間発達科学研究実践総合センター紀要	6. 最初と最後の頁 31-40
掲載論文のDOI(デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計15件(うち招待講演 0件/うち国際学会 5件)

1. 発表者名 Ishizu, K, Shimoda, Y, Ohtsuki, T
2. 発表標題 Examining short-term longitudinal relations between experiential avoidance, depressive symptoms and positive affect in school among Japanese junior high school students.
3. 学会等名 42nd International School Psychology Association conference(国際学会)
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 下田芳幸, 寺坂明子, 石津憲一郎, 大月 友
2. 発表標題 子ども用怒りの向社会的対処尺度の作成(2) メンタルヘルスとの関連性
3. 学会等名 日本教育心理学会第63回総会 2021年8月
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 石津憲一郎 石崎康弘 齊藤英俊
2. 発表標題 中高生用self-criticism and self-compassion の構成
3. 学会等名 日本学校心理学会第23回大会 オンライン
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 石崎康弘 石津憲一郎
2. 発表標題 セルフ・コンパッション向上プログラムの効果検証
3. 学会等名 日本学校心理学会第23回大会 オンライン
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 石津憲一郎・下田芳幸・大月 友
2. 発表標題 認知的フュージョンと体験の回避測定尺度 (FEARS) の構成 (PD-101)
3. 学会等名 日本心理学会第84回大会, 東洋大学 (Web大会)
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 石津憲一郎・下田芳幸・大月 友
2. 発表標題 思春期における無気力と「価値」の関連 - ACTにおける「価値」の明確さの視点から -
3. 学会等名 心理臨床学会第39回大会, パシフィコ横浜 (Web大会)
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 下田芳幸・寺坂明子・石津憲一郎・大月 友
2. 発表標題 子ども用怒りの向社会的対処尺度の作成(1) - 項目の選定と探索的因子分析の結果 -
3. 学会等名 日本心理臨床学会第39回大会, パシフィコ横浜 (Web大会)
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 櫻村正美・石津憲一郎・福森崇貴
2. 発表標題 日本語版Geriatric Anxiety Inventory (GAI-J) の開発 (PD-111)
3. 学会等名 日本心理学会第84回大会, 東洋大学 (Web大会)
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 Ohtsuki, T., Yoshida, K., Ishizu, K., & Shimoda, Y.
2. 発表標題 The effect of value work and visual feedback to academic performances.
3. 学会等名 Association for Contextual Behavioral Science World Conference (国際学会)
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 Shimoda, Y., Ishizu, K., & Ohtsuki, T.
2. 発表標題 Reciprocal relations between experiential avoidance and entrance examination among Japanese adolescents.
3. 学会等名 International Society for the Study of Individual Differences conference (国際学会)
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 下田芳幸・石津憲一郎・大月 友
2. 発表標題 日本語版子供用怒りの反すう尺度の因子構造の検討
3. 学会等名 日本心理学会第83回大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 Ishizu, K., Shimoda, Y & Ohtsuki, T.
2. 発表標題 Reciprocal relationships between experiential avoidance and depressive symptoms among Japanese adolescents: A one-year longitudinal study
3. 学会等名 ACBS World Conference 16 (国際学会)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 Ishizu, K., Shimoda, Y & Ohtsuki, T.
2. 発表標題 Does social anxiety affect adolescent emotion awareness?
3. 学会等名 International Congress of Clinical and Health Psychology on Children and Adolescents (国際学会)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 大月 友 (企画者・司会・話題提供者)・下田芳幸 (話題提供者)・石津 憲一郎 (話題提供者)・水野治久 (指定討論者)・武藤 崇 (指定討論者)
2. 発表標題 教育分野へのアクセプタンス&コミットメント・セラピーの展開 心理的柔軟性モデルからのアプローチ
3. 学会等名 日本心理学会82回大会ワークショップ
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 石津憲一郎（企画者・司会・話題提供者）・下田芳幸（話題提供者）・大月 友（話題提供者）・三田村 仰（指定討論者）
2. 発表標題 学校で行うAcceptance & Commitment Therapy - クラスワイドの心理教育の実践 -
3. 学会等名 石津憲一郎（企画者・司会・話題提供者）・下田芳幸（話題提供者）・大月 友（話題提供者）・三田村 仰（指定討論者）
4. 発表年 2018年

〔図書〕 計3件

1. 著者名 石津 憲一郎、下田 芳幸、横田 晋務	4. 発行年 2022年
2. 出版社 サイエンス社	5. 総ページ数 312
3. 書名 教育・学校心理学	

1. 著者名 橋本 創一、三浦 巧也、渡邊 貴裕、尾高 邦生、堂山 亞希、熊谷 亮、田口 禎子、大伴 潔	4. 発行年 2020年
2. 出版社 福村出版	5. 総ページ数 244
3. 書名 教職課程コアカリキュラム対応版 キーワードで読み解く特別支援教育・障害児保育&教育相談・生徒指導・キャリア教育	

1. 著者名 水野治久・家近早苗・石隈利紀（編）	4. 発行年 2018年
2. 出版社 ナカニシヤ出版	5. 総ページ数 220
3. 書名 水野治久・家近早苗・石隈利紀（編）	

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	下田 芳幸 (Shimoda Yoshiyuki) (30510367)	佐賀大学・学校教育学研究科・准教授 (17201)	
研究分担者	大月 友 (Ohtsuki Tomu) (20508353)	早稲田大学・人間科学学術院・准教授 (32689)	
研究分担者	佐藤 修哉 (Sato Shuya) (20793243)	長野大学・社会福祉学部・准教授 (23602)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関