様式 C-19

科学研究費補助金研究成果報告書

平成２３年５月３０日現在

機関番号：１２６０４
研究種目：基盤研究（C）
研究期間：2008～2010
課題番号：２０５００７８３
研究課題名（和文）　エビデンスに基づく危険行動予防プログラムのフレーム構築

研究課題名（英文）　The Evidence-based Framework for Preventing Risk Behaviors among Adolescents

研究代表者
渡邉　正樹（WATANABE MASAKI）
東京学芸大学・教育学部・教授
研究者番号：１０２０２４１７

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は，エビデンスに基づく青少年の危険行動予防のフレームワークを構築することである。まず，危険行動に関わるレジリエンスや発達的アセッツを含む先行研究を検討した。次に青少年を対象として，レジリエンスと危険行動の関係，内的・外的アセッツを調査した。この調査は中学生，高校生を対象とした無記名式質問紙調査である。その結果，地域，家庭，友人などの外的要因が危険行動と強く関連があることが明らかになった。最後にこの調査を踏まえて，危険行動予防のフレームワークを提案し，今後の研究の課題について提言を行った。

研究成果の概要（英文）：
The purpose of this study was to construct the evidence-based framework for preventing risk behaviors among adolescents. First, we reviewed some important studies including “resilience” and “developmental assets” as related factors to youth risk behaviors. Secondly, we investigated the relationship between resilience and risk behaviors, and the internal and external assets of Japanese adolescents. The survey was conducted using an anonymous questionnaire from junior high school and high school students. The results revealed external assets such as “community,” “school,” “home,” and “peers” were found to be strongly related to risk behaviors. Thirdly, based on the survey, we provided the framework for preventing risk behaviors among adolescents and some suggestions for future research.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
２００８年度	1,100,000	330,000	1,430,000
２００９年度	500,000	150,000	650,000
２０１０年度	600,000	180,000	780,000
総　計	2,200,000	660,000	2,860,000

研究分野：健康教育学
科研費の分科・細目：科学教育・教育工学
キーワード：青少年　危険行動　レジリエンス　アセッツ　予防プログラム

１．研究開始当初の背景

近年，健康教育の領域でレジリエンス（resilience）という概念が注目されるようになってきた。諸外国では，レジリエンスと飲酒，喫煙，危険な性行動，薬物使用などの危険行動との関連性について研究が進められている。また個人特性とともに，家庭，学校，社会など環境要因が，子どもの発育に対してポジティブな影響を与えることから、これらの要因を developmental assets（アセッツ：資源，利点）として、これらと危険行動との関連性についても検討が進められている。

特にアメリカ合衆国カリフォルニア州のCalifornia Healthy Kids Survey（CHKS）は、レジリエンスやアセッツに基づく危険行動調査を継続的に実施しており、これらの研究に基づいて危険行動予防教育の理論的基盤が検討されている。

２．研究の目的

本研究では、青少年の危険行動を規定する概念フレームワークの中からレジリエンスおよびアセッツを取り上げ、これらの概念を整理した上で、青少年危険行動および関連要因に関する調査を実施する。その結果に基づいて予防プログラムのための教育フレームを構築することを目的とした。

３．研究の方法

これまでの危険行動研究を俯瞰し，近年注目されているレジリエンス（Resilience）とアセッツ（Assets）を中心とした研究動向をレビューした。実際に行われている調査からCalifornia Healthy Kids Survey（CHKS）を参考として，我が国の中学生・高校生を対象とした危険行動および関連要因についての調査を実施した。最後に調査結果とともに海外の動向を踏まえながら，今後の危険行動防止教育の課題と方向性を示した。ここではどのような理論的フレームを用いるのかについて検討を行った。

４．研究成果

(1) 青少年の危険行動とレジリエンスおよびアセッツとの関係　－海外における研究動向より－

近年，健康教育やヘルスプロモーションの領域でレジリエンス（resilience）という概念が注目されるようになってきた。レジリエンスは弾力性，回復力，復元力などと訳されており，心理学や精神医学などの領域で研究が進められてきた（Luthar et al, 2000)。その定義については十分に統一されてはいないが（Olsson et al, 2003)，ストレスのかかった状態や困難な環境にも関わらずうまく適応する過程・能力・結果とされ，ストレッサーの防御因子，またはストレス反応を低減させる機能であると考えられている。

レジリエンスと危険行動との関係については，米国を中心にデータの蓄積が進んでいる一方，わが国ではレジリエンスに関する研究は始まったばかりで，その概念整理，関連要因などの検討が進められている（石毛・無藤，2005)。しかし健康行動，あるいは危険行動との関連性についての検討はまだ行われていない。また，わが国の危険行動に関する研究では関連要因を個人の特性として扱っているが，個人を取り巻く環境要因，及び両者の相互作用を考慮した分析が十分に行われていない。レジリエンスは個人の特性などの内的要因に加え，家族や学校，地域社会との関係などの環境要因を含めた包括的な概念であり，多感で，様々なストレスに曝されやすい思春期においては大変重要な意味を持つものであると考えられる。そのため，レジリエンスを足がかりに，青少年の危険行動への防御的アプローチを検討していくことは意義があるものと思われる。

また，海外では，個人特性に加え，家庭，学校，社会などにおいて，子どもの発育に対してポジティブな影響を与える要因を youth assets，あるいは developmental assets（アセッツ：資源，利点）としてまとめ，それらと健康行動，あるいは危険行動との関連性についても検討が進められている。例えば，米国カリフォルニア州で実施されているCalifornia Healthy Kids Survey (CHKS)では，レジリエンスの内的要因を内的アセッツ，環境要因を外的アセッツとし，青少年の危険行動との関連について調査を進めている（図１)。

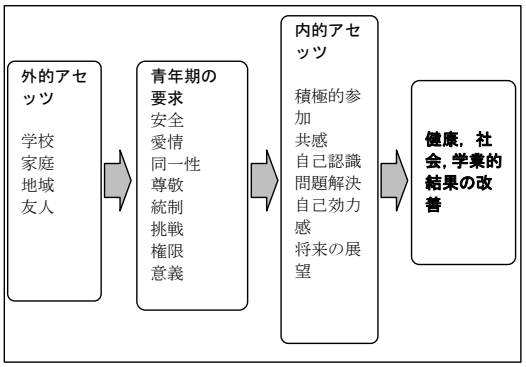

図１　CHKS における理論的枠組み

また Youth（developmental）assets と青少年の危険行動との関連については，オクラホマ州立大学の研究グループが多くの報告をしている。研究グループは youth assets（または developmental assets)として９つの asset（表１）を尺度または項目として抽出し，青少年の性行動を中心に，危険行動との関連性について検討を進めている（Oman et al, 2002 他）

表１　Youth assets (Vesely SK et al, 2004)
1) Non-parental adult role models（親以外の手本となる大人の存在）
2) Peer role models（手本となる友人の存在）
3) Family communication（家族のコミュニケーション）
4) Use of time (groups/ sports)（集団活動やスポーツ活動への参加
5) Use of time (religion)（宗教活動への参加）
6) Good health practices (exercise/

nutrition)(良い健康行動(運動・栄養))
7) Community involvement (地域活動への参加)
8) Future aspirations (将来の展望)
9) Responsible choices (責任ある選択)

Frenchらは6th-12th gradeの女子48,264人，男子47,131人を対象に，過食／下剤使用，減量行動との関連について，Search InstituteのDevelopmental Assets（表2）を用いて検討している。その結果，これらの行動とassetsに強い関連が認められたことを報告している。

表２　Search InstituteのDevelopmental Assets

外的アセッツ
サポート (Support)
1) 家族のサポート
2) 家族との肯定的コミュニケーション
3) 他の大人との関係
4) 思いやりのある近所，仲間
5) 思いやりのある学校風土
6) 学校教育への親の参加
権限 (Empowerment)
7) 若者への地域の価値観
8) 資源としての若者
9) 他人への貢献
10) 安全
境界（ルール）と期待 (Boundaries & Expectations)
11) 家族の境界
12) 学校の境界
13) 近所の境界
14) 大人の役割のモデル
15) 仲間の肯定的な影響
16) 高い期待
有意義な時間 (Constructive Use of Time)
17) 創造的活動
18) 青少年育成プログラム
19) 信心深い地域
20) 家で過ごす時間
内的アセッツ
学習意欲 (Commitment to Learning)
21) 達成動機
22) 学業への参加
23) ホームワーク
24) 学校との結びつき
25) 読書の喜び
肯定的価値観 (Positive Values)
26) 福祉活動，世話
27) 平等，社会的公正
28) 誠実
29) 正直
30) 責任
31) 自制
社会的コンピテンス (Social Competencies)
32) 計画と意思決定
33) 対人コンピテンス
34) 文化的コンピテンス
35) 抵抗スキル
36) 平和的問題解決
肯定的自己意識 (Positive Identity)
37) 個人の力
38) セルフエスティーム
39) 目的意識
40) 肯定的将来像

このように近年の危険行動研究ではレジリエンスおよびアセッツが重要な規定要因として考えられているが、文化的背景なども無視できず、日本における研究では独自の項目の検討も必要であろう。

(2) 中学生・高校生の危険行動とレジリエンスの関連についての調査

①目的と方法

本研究では我が国の中高生における危険行動とレジリエンスの関連を内的要因だけでなく環境要因も含めて包括的に明らかにすることを目的とした。

調査対象は茨城県の公立中学校4校に通う2年生654人（男子350人、女子304人）と公立高等学校2校に通う2年生574人(男子381人、女子191人、性別無回答2人）を対象とし、無記名自記式質問紙法により調査を実施した。調査は2009年2-3月に各学級担任によって学級活動の時間等を利用して実施した。

調査内容は、基本属性（学校種、学年、性別）や生活習慣に関する質問（朝食摂取、睡眠、運動)、危険行動に関する質問（喫煙、飲酒、薬物乱用、暴力、刃物携帯、器物破損、交通違反)、携帯電話使用に関する質問（所持状況、使用状況、使用時の交通アクシデント経験)、マナーに関する質問、規範意識に関する質問、Sensation Seeking、レジリエンス（内的アセッツ、外的アセッツ）に関する質問とした。

②結果と考察

喫煙経験率に関しては、中学男子が6.9%、中学女子が5.9%、高校男子が7.9%、高校女子が 4.7%であった。また喫煙経験者の中で最近 1 ヶ月間に喫煙した生徒は中学男子が2.0%、中学女子が2.0%、高校男子が2.1%、高校女子が 1.0%であった。飲酒経験率は、中学生が約35%、高校生が約40%であった。また、飲酒経験者の中で最近1ヶ月間に飲酒した生徒は中学男子が 7.7%、中学女子が10.5%、高校男子が13.4%、高校女子が7.9%であった。

シンナー乱用経験率は中高ともに男子のみで0.3%であった。Table 2には示していないが、大麻、覚醒剤、合成麻薬の乱用経験者は中高ともにいなかった。

最近 1 年間の暴力経験率は中学男子が 25.7%で中学女子（10.5%）より有意に高い結果となった。また、高校男子は 3.2%、高校女子は 2.1%であり、高校生より中学生の方が有意に暴力経験率が高かった。最近 1 年間の刃物携帯経験率は中学男子が 9.1%、女子が 4.6%、高校男子が 6.3%、女子が 5.8 であった。最近 1 年間の器物破損経験率は中学男子が 17.8%、女子が 8.9%、高校男子が 7.6%、女子が 3.1%であった。

自動車乗車時にシートベルトをいつも着用している生徒は中高生ともに 35%前後であった。自転車運転時の夜間灯火をしている生徒は中学男子が 71.1%、中学女子が 63.8%、高校男子が 76.6%、高校女子が 85.8%であった。高校生の方が中学生より夜間灯火している生徒が有意に多かった。

歩行中に携帯電話を使用する生徒は中学男子が 74.8%、中学女子が 82.4%、高校男子が 81.1%、高校女子が 86.3%であった。中高ともに男子より女子の方が、中学生より高校生の方が歩行中に携帯電話を使用する生徒が有意に多かった。

自転車乗車中に携帯電話を使用する生徒は中学男子が 68.1%、中学女子が 56.1%、高校男子が 59.8%、高校女子が 46.8%であった。中高ともに女子より男子の方が、高校生より中学生の方が自転車乗車中に携帯電話を使用する生徒が有意に多かった。

出会い系サイトの利用経験がある生徒は中学男子が 0.9%、中学女子が 2.6%、高校男子が 2.4%、高校女子が 1.1%であった。

ネット上での他人への誹謗中傷を書き込んだ経験がある生徒は中高ともに男子より女子に多くみられた。誹謗中傷を書き込まれた経験がある生徒も同様に、中高ともに男子より女子に多くみられた。

本調査結果の危険行動経験率は他の全国規模の調査に比べると低い結果となった。

レジリエンス尺度については、項目を因子分析（主因子法、プロマックス回転）し、因子として「地域」「学校」「家族」「友人」「積極的参加」「共感」「自己認識」「問題解決」「セルフエフィカシー」「将来の展望」が抽出された。中学生において有意な性差が見られたレジリエンス尺度の下位尺度は「地域」「友人」「積極的参加」「問題解決」「セルフエフィカシー」であった。「地域」と「積極的参加」、「セルフエフィカシー」は男子の方が、「友人」と「問題解決」は女子の方が有意に高い結果となった。この結果より、中学生男子は自分の能力に自信を持っており、行事や活動に積極的に参加するという性格特性が明らかになった。また、積極的な姿勢が地域との関係の強さにもつながっていると考えられる。一方、中学生女子は友人を大切に想い、頼りにする傾向にあることが明らかになった。友人を頼りにする傾向が問題解決能力の高さにも表れたのだと考えられる。

高校生において有意な性差が見られたレジリエンス尺度の下位尺度は「家族」「友人」「積極的参加」「共感」「問題解決」「将来の展望」であった。「積極的参加」は男子の方が、それ以外は女子の方が有意に高い結果となった。高校生男子の積極的に参加する姿勢は中学生と変わらないが、中学生男子で有意な関連が見られていた「セルフエフィカシー」は成長に伴い挫折等の経験をし、セルフエフィカシーの低下につながっているのだと考えられる。同様に中学生男子で有意な関連が見られた「地域」は、高校生になり、学区や通学区域が広がり、地域との関係が希薄になったことで、「地域」得点の低下につながったものと考えられる。一方、女子は家族や友人との関係性が共感性の高さに表れたのだと考えられる。

日常生活における危険行動とアセッツの関係について、中学生では主に外的アセッツ全てと関連が見られ、高校生では主に「学校」と関連が見られた。高校生は中学生より自立した生活を送っているため、このような結果が出たと推測できる。また、内的アセッツにおいては中高生共に「将来の展望」と関連が多く見られた。

危険行動関連アセッツについて、中学生の喫煙や飲酒は外的アセッツ全てが大きく関連しており、幅広く環境要因を改善することが喫煙や飲酒の抑止策になると示唆された。一方、高校生では主に「学校」と「家族」に危険行動との関連がみられ、学校や家族の大人たちとの関わり合いの改善が危険行動抑止策につながると考えられる。

本研究によって、高校生より中学生の方が危険行動との関連しているアセッツが多くみられ、また、学校種や危険行動の種類によって関連するアセッツが異なることが明らかになった。

本研究の結果を受け、中学生の危険行動を抑止するための方策として、幅広く周囲の人々との関係を築き、自分の周りにある外的アセッツに気付かせることが重要であると考えられる。高校生においては、学校や家族に信頼がないと感じている生徒が危険行動に走っている傾向が見られたので、生徒の身近な人との関係性を良くすることが重要であると考えられる。

(3) 青少年の危険行動予防プログラムのフレーム構築－課題と方向性－

①リスク要因と防護要因

危険行動の要因を分析する場合，リスク要因（risk factor）と防護要因（protective factor）の両面からとらえることが多い。危険行動防止の立場から要因をとらえるならば，リスク要因に対してはそれを取り除くことで

危険行動を減少させ，防護要因に対してはそれを促進することが青少年のレジリエンスを高め，それが危険行動を防止することにつながると考えられることができる。

しかしリスク要因に重点をおいた介入プログラムには種々の問題点も指摘されている。まずリスク要因重視の介入プログラムは，リスク要因をもつ青少年およびその家族や地域に対して，危険だという烙印を押してしまう可能性があるという点である。第２に，青少年のリスク要因や欠点にばかり目を向けてしまうと，青少年の持つ長所（アセッツやストレングス）への教師らの理解がにぶってしまうことが挙げられる。第３に，教師や親たちが希望をなくし，救いようがないという気持ちをいだいてしまうということがある。第 4 に，リスク重視の介入では大人たちに何ができるのかという情報が届きにくいということも指摘されている。そのためリスク要因ではなく，防護要因を重視した対策に注目が集まっている。

California Healthy Kids Survey（以下 CHKS）の理論的枠組みとなっている The Resilience & Youth Development Module（以下 RYDM）では，レジリエンスとは環境的脅威，ストレス，危険に直面した時のポジティブな青少年期の発達（youth development）を指し，単に逆境から立ち直る能力だけではなく，健康的な発達を遂げ，いかなる環境でも効果的な学習ができる能力も意味している。つまりポジティブな青少年期の発達とレジリエンスとは，お互い同じ意味合いで用いられている。そしてポジティブな青少年期の発達に関係するのが，環境要因を中心とした外的アセッツ（external assets）と主に個人的要因である内的アセッツ（internal assets）であり，両者を合わせて発達的アセッツ（developmental assets）や青少年アセッツと呼ばれる。これまでの研究成果から，アセッツを数多くもつ青少年は、危険行動をとる可能性を低いことが明らかになっている。したがって，アセッツによって示される防護要因を改善，促進することによって，青少年のレジリエンスを高め，さらには危険行動を防止することにつながると予想される。これがレジリエンスに基づく危険行動予防の基本的なフレームとしてとらえることができる。

また RYDM では，外的アセッツすなわち学校，家庭，地域などにおける好ましい機会や支援が充実することは，青少年のニーズを満たし，その結果内的アセッツを改善し，健康や学業の向上につなげていくと考えられる。このモデルは，個人の発達研究や脳科学，あるいは健康的かつ良好な学校，家庭等に関する研究，予防プログラムの評価等の蓄積から生まれたものとされる。そして危険行動の要因を阻止するのではなく，青少年のポジティブな側面を強化することを目指している

②外的防護要因と内的防護要因

環境の防護要因については，「教育，就労，成長，達成の機会が多いこと」，「ソーシャルサポートが存在し，それが利用できること」，「社会的な支援やつながりを提供する大人の存在」，「良好な親子関係」，「学校への適応」などが挙げられている。たとえば Benard は青少年のレジリエンスを高めるためには，以下のことが必要であると指摘している。

・青少年と大人とのポジティブな関係を支援する

・青少年は，学校，家庭，地域で大人からの支援を必要とする

・管理職は他の職員に対して尊敬の念をもって接する必要がある。それが青少年にも伝わる。

これらのことから，青少年のレジリエンスを高めるための主要な環境の要因は，家庭，学校，地域における良好な人間関係と支援の存在に集約されると考えられる。したがって，単に環境を改善するというのではなく，青少年と家族を含む周囲の人々の良好な関係構築が可能となる環境づくりを進めることが重要になる。

内的な防護要因については，共通した特徴をもつ用語が複数使われている。ストレングス（strength），あるいはハーディネス（hardiness）であり，レジリエンスもまた同様の文脈で用いられる。これらの概念は，いずれも外部からもたらされる様々な困難やリスクに対して，それに抵抗し，乗り越える資質，能力を示す概念ととらえられる。またストレス対処能力を示す Sense of Coherence（SOC，首尾一貫性あるいは首尾一貫感覚と訳されることが多い）は，強度のストレス体験を乗り越えて健康を維持することができる能力であり，そのような意味でレジリエンスに近い概念と言える。

ストレングスやレジリエンスのような内的な防護要因は，さらに様々な要素に分類される。たとえば Search Institute の内的アセッツは 20 項目に分かれ，また Benard は表 2 のように 2 段階に個人的ストレングスを分類している

表２　個人的ストレングス

社会的能力	問題解決スキル	自律性	目的意識
・反応性 ・コミュニケーション ・共感と気遣い ・思いやり，利他	・計画性 ・柔軟性 ・機知に富むこと ・批判的思考と洞察力	・ポジティブな自我 ・内的統制と自発性 ・自己効力と熟達した技能	・目的指向性，達成・動機および教育的向上心 ・特別な関心，創造性，および

主義および寛大さ		・順応的距離感と抵抗 ・自己意識と注意深さ ・ユーモア	想像力 ・楽観主義と希望 ・信頼，スピチュアリティおよび有意味感

個人的ストレングスを育成するための視点を Benard は次のように述べている。第１に，教育者や保護者が青少年に対してストレングスの言葉（a language of strengths）を用いるということである。それによって青少年の中にストレングスを見つけ，それに注目することを可能とする。言葉はストレングスを基盤とする実践の重要な要素となる。すなわちポジティブな言葉は，リスクからレジリエンスへ関係者の視点を移すことになる。

第２に，個人的ストレングスは固定した人格特性ではないということである。ストレングスは動的なものであり，誰かがもっていて他の人が持っていないというわけではない。個人的ストレングスの各要素はバランスがとれていることが重要となる。たとえば自律性が欠如した気遣いは相互依存性を生むことになる。

第３に，これらのストレングスは特別な資質ではなく，人間に本来備わっているものであるという点である。人間は，基本的な心理学欲求，すなわち親密さや所属への要求，能力感，自立の感覚，安全および有意味感を満たすように，内発的に動機づけられるものである。たとえば，人は所属への欲求ゆえに他の人々と関係を築き，その結果として社会的能力を高めていく。

第４に，このようなストレングスは，動的，文化的であるがゆえ，また心理的欲求を満たすよう内的に動機づけられるため，直接ストレングスを教育する社会的スキル教育やライフスキル・カリキュラムを用いたのでは，個人的ストレングスは定着しないということである。たとえばこれまでの研究によって，ライフスキル教育ではストレングスに関して長期的な効果が望めないことが証明されている。Benard はここで，社会的スキル教育やライフスキル・カリキュラムのような行動科学的アプローチに対して，レジリエンスは発達的アプローチとして対比させ，レジリエンスを高めるためには後者の重要性を指摘している。

③危険行動予防フレームとプログラム開発

危険行動予防のためのストラテジーとしては，近年の動向では環境や個人のポジティブな側面を重視し，それらを改善，向上することで，危険行動はもちろん，さまざまな健康問題を予防することを可能とするというとらえ方が主流になりつつある。そして環境要因と個人的要因を切り離してとらえるのではなく，環境要因を土台として個人的要因への教育を推進するのが効果的であると考えられている。

しかし前述したように，類似した環境要因であってもそれが危険行動を抑制したり，促進したりすることもありえる。また教育によって個人的な要因に働きかけるだけでは長期的な効果は期待できないため，要因をより厳密かつ詳細に分析する必要があるだろう。

さらに防御要因に関しては概念が不明確であったり，使用される専門用語が未整理であったり，課題が少なくない。したがって個々の要因に関する研究とともに，予防フレーム構築につながる構造的分析が必要であろう。今回の報告書では，その研究の一端を示したが，今後も継続して研究を積み重ねる必要がある。

その際，注意すべき点もある。レジリエンスやストレングスなどの研究では，元々レジリエンスの高い者は危険行動をとりにくいという文脈から防護要因を明らかにしてきた。しかし予防プログラムでは，レジリエンスが低い者を対象として，どのようにレジリエンスを高めていくか，また彼らの状況をどのように改善していくかも考えなければならない。行動やその要因に関する実態調査（特に横断的調査）の結果が，そのまま介入研究に反映できるかどうかは未知の部分も少なくない。調査から得られたエビデンスを重視しつつも，介入研究を積み重ねることで新たな予防モデルを構築していくことが必要であろう。

５．主な発表論文等

（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔学会発表〕（計２件）

① 荒井信成，上地勝，市村國夫，田神一美，渡邉正樹、中高生の危険行動とアセッツの関連、第 57 回日本学校保健学会、2010 年 11 月 27 日、女子栄養大学（坂戸市 ）

② 渡邉正樹、中高生の歩行時、自転車乗車時における携帯電話使用の実態、日本安全教育学会第 11 回宮城大会、2010 年 9 月 19 日、東北大学（仙台市）

６．研究組織

(1)研究代表者

渡邉　正樹（WATANABE　MASAKI）

東京学芸大学・教育学部・教授

研究者番号：１０２０２４１７

(2)研究分担者

上地　勝（UECHI　MASARU）

茨城大学・教育学部・准教授

研究者番号：２０３１２８５３