

平成 26 年 5 月 23 日現在

機関番号：32666

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2011～2013

課題番号：23730646

研究課題名(和文)感情育成(情育)のための心理教育的介入パッケージの開発

研究課題名(英文)Development of psychoeducational package for promoting emotions

研究代表者

櫻村 正美(Kashimura, Masami)

日本医科大学・医学部・講師

研究者番号：00550550

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,800,000円、(間接経費) 540,000円

研究成果の概要(和文)：本研究ではまず、海外の介入プログラムである「活動に根ざした介入：社会感情コンピテンス育成のための支援」の翻訳作業を行い、乳～幼児期の子ども(4ヵ月～5歳)をもつ母親対象に面接調査を実施してツールの修正作業を行った。最終年度では、数名の療育支援者に本プログラムを使用してもらった結果、感情発達や養育能力にリスクのある母子のスクリーニングに役立つことが報告された。また、大学生対象のプログラムを海外の「怒りのための30分セラピー(30 minutes therapy for anger)」を翻訳し、大学生数名に実施した結果、参加者の内容の理解度は十分であり、役に立つという評価が得られた。

研究成果の概要(英文)：The aim of this study was to develop a psychoeducational package for promoting emotions. First, I focused on "Activity-Based Approach: Social Emotional Competence", which was developed in the US, and then translated the manual and assessment tools. I interviewed 10 mothers who have their own children(from four months to five years old) to check wording and any differences between verbal expressions in Japan and the US, and then revised them. In the final year, I requested some practitioner of early intervention to conduct this tools on suspected cases of delayed emotional development. In the result, they reported this tools were useful in screening for them. In addition, I conducted a pilot intervention, "30 minutes therapy for anger", which was developed in the US, in some college students. After the intervention, they reported it had good degree of understanding the program and it was useful to them in their daily lives.

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：感情育成 心理教育 情育 感情コンピテンス

1. 研究開始当初の背景

(1) 感情の発達には赤ん坊と養育者、そして周辺環境との相互作用の中から始まる。感情は個人の動因や誘因として機能し、行動を導くものである。赤ん坊の行動に対する養育者の反応に加え、養育者から感情に対して言葉で意味を付与されることで、感情は言語化される。感情は自信の置かれた状況を知る手がかり(信号)としての機能や、感情表出により他者に自己の状態を知らせ、他者行動を導くなどの役割を持ち、適応的で機能的に作用する。しかし、感情の中でも怒りや悲しみ、不安に代表される陰性感情は不快だけの敵に感じ取られやすい特徴を有しており、悪しき感情として誤った理解、認識の下、不適切な形での感情処理が行われたり、感情発達そのものに悪影響を及ぼす可能性が高い。

(2) 感情処理の不全により、暴力や自傷行為といった自害・他害の問題を引き起こす一因となり、こうした感情の行動化という問題は感情の発達段階での処理能力の獲得失敗によるものとも考えられるため、早期の問題発見と介入が必要である。

(3) 近年、感情を理解し、管理することで社会生活を適応的に営む力、つまり感情的な有能さを示す概念として、感情コンピテンスが注目されている。この概念は様々な感情処理のためのスキルが段階的に示されている。スキルであるということはつまり、後天的に学習が可能であることを示し、このコンピテンスの促進、あるいは回復を目指すことで、感情を適切に理解し、受け止め、感情を十分に体験することが可能となり、感情への有能さを育むことができると考えられる。感情コンピテンスの獲得と回復のための介入法の開発は、感情の処理の問題が取り上げられやすい子どもにおいて、非常に重要な課題である。

2. 研究の目的

本研究は、子どもの感情育成(以下、情育)のための心理教育的介入パッケージの開発を目的とする。情育とは、感情に関する個人の理解を深め、感情体験を促進させ、その感情をどのように処理するかについての一連の介入を指すものである。本プログラムを通して、特に陰性感情に見られる誤った否定的信念を修正し、陰性感情体験の正常化を図り、感情処理を行えるようになることを目指す。

3. 研究の方法

本研究は以下の2つに分けられる。

(1) 4ヵ月児～5歳の子どもの養育者を対象とした社会感情コンピテンスの獲得状況をスクリーニングするためのツールを作成した。まず、“活動に根ざした介入：社会感情コンピテンス育成のための支援 Activity-Based Intervention: Social Emotional Approach (ABI:SE)”の“環境スクリーニング質問票(ESQ)”と“社会・感情アセスメント/評価尺度

(SEAM)”の日本語版を作成し、対象となる子どもの母親10名を対象に、予備調査を面接形式で行い、文化的な背景による差異、質問項目のワディングのチェックを行った。また、研究協力に応じてくれた療育施設の専門スタッフ数名から、実際に現場で使用した感想や使用満足度等のフィードバックを依頼した。

(2) “怒りのための30分セラピー-30 minutes therapy for anger”を翻訳し、大学生数名を対象とした介入トライアルを実施した。

4. 研究成果

(1) ABI:SEの環境スクリーニング質問票(表1)は養育環境に関するチェックリストである(項目例：“あなたを助けてくれる友人、家族はいますか?”、“お子さんには外で安心して遊べる場所がありますか?”、“地域のサービスを利用していますか”など、教育、住居、健康/行動、経済、家庭、地域の6カテゴリ、計30項目、“はい”と“いいえ”の2件法)。

表1 環境スクリーニング質問票(ESQ)

カテゴリー	項目例
教育	・高校を卒業していますか? ・第一子出産時あなたは十代でしたか?
住居	・昨年の内に3度以上、引っ越しをしましたか? ・あなたのお子さんには、外で安心して遊べる場所がありますか?
健康/ 行動	・あなたの家庭には“うつ”などの精神健康上の問題がありますか? ・児童相談所とやりとりしたことがありますか?
経済	・生活保護を受けていますか?あるいは必要としていますか? ・支払いに関する問題を体験したことがありますか?
家庭	・生活を共にするパートナーがいますか? ・家庭にアルコールや薬物の問題を持つ人がいますか?
地域	・あなたの近所は安全ですか? ・あなたを助けてくれる友人、家族はいますか?

また、社会・感情アセスメント評価尺度（表2）は子どもの社会感情コンピテンスの獲得状況を年齢に応じて養育者が評価するチェックリストである（項目例：“あなたが微笑みかけると微笑む（生後3ヵ月～18ヵ月）”、“体や言葉を使って感情を表現する（18ヵ月～36ヵ月）”、“感情を特定し、その理由もわかる（36ヵ月～63ヵ月）”、“いつも”、“ときどき”、“全くない”の3件法。各大項目に、そのことが気になるかどうかのチェック、介入目標とするかどうかのチェックをつける箇所がある）。

表2 社会・感情アセスメント（SEAM）

カテゴリー	項目例
生後3ヵ月 ～18ヵ月	<ul style="list-style-type: none"> ・あなたが戻るとうれしそうにする ・あなたが微笑みかけると微笑む ・あなたに向かっていろいろ声を出す
18ヵ月 ～36ヵ月	<ul style="list-style-type: none"> ・体や言葉を使って感情を表現する ・抱っこしたりなくさめると泣きやむ ・自分を指さしたり、自分の写真を探す
36ヵ月 ～63ヵ月	<ul style="list-style-type: none"> ・あなたやお気に入りの友だちを抱きしめる ・友だちと遊んでいる時、笑ったり微笑む ・落ち込んだ後、数分以内に騒ぐのを止める

両者ともに、面接調査を行った母親10名に回答してもらい、回答後に母親からフィードバックを基に、わかりにくい項目内容や、文化的に一致しない項目（例えば、家庭環境、遊びの内容など）などを修正した。社会・感情アセスメント評価尺度は子どもの月齢に応じて、項目内容が異なるが、ABI:SEのこの尺度はアメリカの子どもを対象とした基準であり、日本の子どもの場合、ある項目の行動獲得には月齢がもう少し早い/遅いなどの違いが見られた。このような社会感情面の発達の文化差については、今後検討が必要である。

また、療育施設の専門スタッフに依頼し、これら評価ツールを修正したものを実際に数ケースを対象に使用してもらった。その結果、社会感情発達の面でリスクがある子どものスクリーニング、および養育者の養育環境のリスク評価に役立つとのフィードバックが得られた。今回はABI:SEのアセスメントツールの作成にとどまったが、このツールを用いてその後の介入方法を構築していく必要がある。実際、ABI:SEは介入のためのマニュアルではあるものの、介入のための具体的な方法にやや欠く面があり、今後は応用行動分析などの手法を援用しながらわが国ならではの介入方法を検討していく必要がある。加えて、養育者の感情コンピテン스가子どもの感情コンピテン스에影響を及ぼすこ

とから、養育者を対象とした感情理解やその処理を促すための心理教育的介入法を開発していく必要があると考えられる。

(2) 心理教育的介入の参考にした“怒りのための30分セラピー”は、認知行動療法をベースとした、約1ヵ月、1個/日でコンテンツをこなしていくセルフヘルプ型のプログラムである。内容に関しては、各回に怒りに関する情報提供と簡単な1つ程度のワークがついており、“問題に気づくこと”、“現実的な目標設定”、そして“怒りを上手に使うために”の大きく3つのパートに分かれている（表3）。このプログラムの翻訳を行ったため、内容の理解度や満足度を把握するための予備的なトライアルを、大学生5名を対象に行い、終了後に各参加者とのフィードバックセッションを行った。

表3 怒りのための30分セラピーの例

<p>パート1 問題を特定する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・過度な怒りとその代償 ・問題の大きさと怒りの評価 ・怒りの報酬を知る
<p>パート2 現実的な目標設定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・怒りを上手に扱うための目標 ・代理の法則 ・怒りを受容する
<p>パート3 怒りを上手に使うために</p> <ul style="list-style-type: none"> ・適切なタイムアウトを使う ・呼吸法とリラクゼーション ・自分を許すこと

その結果、参加者全員が本プログラムを役立ったと感じており、内容についてもわかりやすいものであったという感想が得られた。実際には、“自分の怒りについて、改めて見直すことができた”、“怒りを好ましくないとばかり考えていたが、少し違った見方をすることができたように思う”、“感情に支配されずに上手に使う方法をこれから意識したい”などが語られた。一方、約1ヵ月要する本プログラムに対して、少し長すぎる、途中であきてしまうなどの意見もあり、プログラムの内容をさらにまとめることで、短期的かつ効果的なプログラムに仕上げる必要がある。また、今回のトライアルでは、理解度や満足度に焦点を当てていたため、客観的なアウトカム指標を用いての検討を行わなかった。今後は参加者の現在の感情状態や、感情表出に関する対処法などを指標とし、介入の前後比較検討を行う必要がある。

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)

[雑誌論文](計4件)

下田 芳幸、石津 憲一郎、榎村 正美、中学生における感情への評価と学校適応感の関連性についての検討、心理学研究、査読有、84巻、2014、576-584
http://www.psych.or.jp/publication/journal_pdf/8406/8406_03.pdf

羽鳥 健司、石村 郁夫、榎村 正美、浅野 憲一、対人ストレス経験から獲得した利益の筆記が精神的健康に及びず効果、心理学研究、84巻、2013、154-159
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jjpsy/84/2/84_156/_pdf

浅野 憲一、羽鳥 健司、榎村 正美、石村 郁夫、わりきり志向と感情体験、精神的健康の関連の検討、ヒューマン・ケア研究、13巻、2013、101-110

Kashimura, M., Ogawa, T, Vorst, HCM, Bermond, B, Psychometric properties of the Bermond-Vorst Alexithymia Questionnaire in Japanese, Japanese Psychological Research, 53, 302-311

[学会発表](計5件)

石津 憲一郎、下田 芳幸、榎村 正美、中学生の感情への評価に関する研究(2) ソーシャルスキルに影響を与えるストレスラーと感情への評価の交互作用、日本心理学会第76回大会、2012年、東京

下田 芳幸、石津 憲一郎、榎村 正美、中学生の感情への評価に関する研究(1) 学校適応・ストレス反応に影響を与えるストレスラーと感情への評価の交互作用、日本心理学会第76回大会、2012年、東京

Kashimura, M., Are negative emotions bad?: Evaluating emotions and mental health of Japanese, 12th International Forum on Mood and Anxiety Disorders, 2012.11.7, Spain

Kashimura, M., Investigation of "alexithymia-like features" for Japanese elementary and junior high school students, Emotions 2011:Fifth International Conference on the (non) expression of emotions in health and disease, 2011.10.23, the Netherlands

榎村 正美、子どもにおけるアレキシサイミア様特徴の検討、日本心理学会第75

回大会、2011年、東京

[図書](計0件)

[産業財産権]
出願状況(計0件)

取得状況(計0件)

[その他]
特になし

6. 研究組織

(1) 研究代表者

榎村 正美 (KASHIMURA, Masami)
日本医科大学・医療心理学教室・講師
研究者番号：00550550