様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ２７ 年　 ６ 月　 １ 日現在

機関番号：３２６０５
研究種目：若手研究(B)
研究期間：2012～2014
課題番号：２４７３０５３５

研究課題名（和文）アスペルガー障害をもつ児童生徒を対象とした抑うつ予防プログラムの効果の検討

研究課題名（英文）Effects of depression prevention program for Asperger's children

研究代表者
小関　俊祐（Koseki, Shunsuke）

桜美林大学・心理・教育学系・講師

研究者番号：３０５８３１７４

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　2,400,000円

研究成果の概要（和文）：本研究課題の目的は，アスペルガー障害をもつ児童生徒を対象とした，抑うつ予防プログラムを開発し，その有効性について検討することであった。本研究課題では，第一に，アスペルガー障害をもつ児童生徒が抱えるうつ病に対する心理的支援について，その手続きや有効性について展望した。次に，特別支援学級に通う児童と，その児童が通級で過ごす学級を対象として，認知行動療法に基づく抑うつ予防プログラムを実施し，有効性について検討した。最後に，個別の事例として，学校不適応感を抱く児童を対象として心理面接を実施し，有効性を検討した。以上の結果から，認知行動療法に基づく抑うつ予防プログラムの有効性が示唆された。

研究成果の概要（英文）：These research projects aim to create a depression prevention program for students with Asperger’s disorder and study its effects. The first research project reviewed the procedures and effects of the psychological approach to prevent depression in students with Asperger’s disorder. The second research project examined how individual social skills training (SST) for students in a special needs education class and class-wide SST for students in an integrated class affected their adaptation behaviors and depression. The second project also examined the effects of the psychological approach on students experiencing school maladaptation as an individual case. Moreover, it suggested the effectiveness of the program in depression prevention.

研究分野：臨床心理学

キーワード：アスペルガー障害　児童　生徒　抑うつ　予防

１．研究開始当初の背景

アスペルガー障害は，対人的相互作用の質的な障害や活動範囲と興味の対象の限局という特徴をもつ（APA，2002）。しかしながら，著しい言葉の遅れが認められないために，幼児期には症状が目立たず，児童期や青年期以降に対人関係上の問題や不適応を経験することが多い（Spitzer et al., 2004 など）。そのために，自己評価が低下し，抑うつに代表される二次障害につながることが指摘されている（内山・江陽，2004）。一般成人におけるうつ病の生涯有病率は 13～17%とされている（APA，2002）のに対し，アスペルガー障害をもつ成人のうつ病の生涯有病率は 40%を超えると推定している研究もある（Pekka et al., 2003）。

しかしながら，アスペルガー障害をもつ児童生徒の抱える抑うつの問題に対して，具体的な支援策が確立されていないのが現状である。Attwood（2004）はアスペルガー障害をもつ児童を対象として，社会的スキル訓練やリラクセーションなどによって構成された集団認知行動療法を実施することが，怒りと不安の低減効果をもつことを実証している。しかしながら，児童生徒の抱える不安の問題と抑うつの問題は，アプローチの方法が異なることも指摘されており（Spence，2006），Attwood（2004）で得られた知見をそのままアスペルガー障害の児童生徒の抱える抑うつの問題に適用することは困難であると考えられる。

また，「他者視点の獲得の困難さ」や「自己内省能力の低さ」という障害特性をもつアスペルガー障害の児童生徒に対しては，高いメタ認知能力を要する認知的な介入は不可能であるという指摘もある（Livanis et al., 2007）。本邦においても，アスペルガー障害をもつ児童生徒の学校適応の促進を目的とした個別の介入の成果は報告されている（大月ら，2006 など）ものの，アスペルガー障害の障害特性を踏まえた形で抑うつを予防する方法は未だ構築されていない。

以上のことから，①アスペルガー障害をもつ児童生徒が二次障害として抑うつ状態に陥る危険性が高いにもかかわらず，具体的な支援策が確立されていないこと，②他者視点の獲得の困難さや自己内省能力の低さに代表される，アスペルガー障害の障害特性を踏まえた抑うつ予防プログラムは確立していないこと，の２点が課題として残されている。

これらの問題を解決していくためには，アスペルガー障害をもつ児童生徒と一般の児童生徒を取り巻く心理社会的要因や，障害特性に関連した認知機能を比較検討することによって，抑うつに関連するアスペルガー障害をもつ児童生徒の特徴を明らかにすることが必要となる。さらにその知見に基づいて，抑うつ予防プログラムを開発し，効果を実証することが必要である。

２．研究の目的

本研究では，アスペルガー障害をもつ児童生徒を対象とした，抑うつ予防プログラムを開発し，その有効性について検討することを目的とする。アスペルガー障害をもつ児童生徒にとっての抑うつの問題は，アスペルガー障害の二次障害として発現し，いじめや不登校の背景の１つとなっている。本研究では，アスペルガー障害をもつ児童生徒の抑うつに関わる心理社会的要因の影響性について検討し，その知見をもとに，抑うつ予防を念頭においた適応促進プログラムを開発し，その有効性を実証的に検討する。

３．研究の方法

（１）アスペルガー障害の児童生徒の抱えるうつ病に対する心理的介入の有効性の展望

アスペルガー障害をもつ児童生徒が抱えるうつ病に対する心理的支援について，その手続きや有効性について検討を行うことで，アスペルガー障害をもつ児童生徒に有効な抑うつ低減プログラム，あるいは抑うつ予防プログラム構築のために必要な介入手続きについて明らかにした。４本の論文を対象に，介入手続きとその結果に焦点をあてて，整理を行った。

（２）抑うつ予防を念頭に学校適応促進プログラムの開発と効果の検討

公立小学校の特別支援学級に通う５年生の女子児童２名と，その児童が交流学級として通う５年生１クラスの男子 17 名，女子 17 名，計 34 名を対象として，それぞれ介入プログラムを実施し，抑うつ低減効果について検討した。その際，児童の社会的スキルの向上をもって，抑うつが高まるリスクを低減したと位置づけ，抑うつ予防の基準とした。

特別支援学級の担任教師との話し合いの上，ターゲットスキルを選定した。2012 年 5 月第 2 週に，介入前の行動観察および質問紙調査を実施した。2012 年 5 月第 4 週に，A 児，B 児を対象とした特別支援学級における個別 SST および交流学級児童を対象とした集団 SST を実施した。介入後（2012 年 6 月第 2 週），フォローアップ（2012 年 10 月第 1 週）には，介入前と同様に，行動観察と質問紙調査を実施した。

個別 SST の手続きとして，コーチング法による 45 分間の SST を２名同時に実施した。仲間への入り方の例として，I)仲間に入りたいが，声をかけられず入れない（A 児にみられる行動），II)自分の話ばかりする（B 児にみられる行動），III)適切な仲間への入り方（代替行動）の 3 つを例示した。各モデルの良いところや悪いところを児童に挙げさせ，仲間への入り方のポイントをまとめ，ワークシートに記入させた。

集団 SST の手続きとして，介入群である交流学級の児童のみを対象に，「仲間への誘い方」をターゲットスキルとして，学級集団を対象とした 45 分間の問題解決型の SST を実

施した。問題解決型の SST（Shure & Spivack, 1982 など）は，具体的な解決策となるモデルを提示せずに，問題場面に対する解決策を案出させ，評価するプロセスで構成した。本研究における集団 SST では，スキルを新たに獲得することよりも，相手に合わせた適応行動を案出し，遂行する過程を理解することを重視した。検討する場面として，I)みんなと遊びたいが，もじもじして声をかけられない（A 児にみられる行動），II)休み時間に１人で本を読んでいる，III)自分の話ばかりして輪に入ってくる（B 児にみられる行動）様子を例示した。それぞれの問題場面について，グループごとにその場や相手に合わせた声のかけ方を考えさせ，行動リハーサルを行った。グループワーク中は，机間指導しながら，解決策の案出や行動リハーサルの遂行に対して言語的賞賛を提供した。あわせて，行動リハーサル後に全体に向けて，積極的な課題への取り組みに対して言語的賞賛を行った。最後に，日常での積極的な実施を促し，振り返りシートを記入して終了した。

（３）児童に対する個別面接を通した学校適応促進効果の検討

小学５年生になって「学校が楽しくない」と訴えるようになった男児を対象に，全３回の面接を学校にて実施した。対象となった男児は，１年生の頃から，休み時間を１人で過ごすことが多かったが，仲間はずれにされている様子ではなかったため，１人でいることも個性ととらえ，特に働きかけなかった。４年生のころから，休み時間になると保健室に行き，「気持ちが悪い」などの訴えを繰り返していた。５年生になったころから，「学校が楽しくない」と母親に訴えるようになったが，母親はとりあえず学校に行かせればよいという方針で，あまり取り合わなかった。そのため，対象児は学校には来るものの，授業中は机に突っ伏して過ごすことや，休み時間に保健室から教室に戻ろうとしないことが多かった。養護教諭は，「具合はどう？」，「教室に戻る時間だよ」という声掛けにとどまり，無理やり教室に向かわせるようなことは極力行ってこなかったが，保健室でだらだら過ごすことも多くなった。

教室では，担任からみると，仲のよい友だちが３人ほどいるように見えるが，対象児は特に仲がよいわけではないと話している。調子のよい時は，班活動などには積極的に参加できることもあるが，まったく発言しない時もあり，調子の波がある。

このような状態から，このままでは不登校や別室登校状態になることを懸念した担任が，小学校と大学が連携関係にあり，以前にも教員研修会などのかたちで交流のあったカウンセラー（以下 Co.）に相談を持ちかけ，20 分の休み時間に保健室の隣にある会議室を利用して対象児と話をすることとなった。

初回面接を経て，担任と養護教諭に対して、対象児が楽しそうにしている様子を見つけた場合、些細なことでも対象児にフィードバックするよう、協力を求めた。２回目の面接では，「学校をもっと楽しくする工夫を考えよう」をテーマとして，問題解決訓練を行った。３回目の面接では，「学校は楽しくないこともあるけど，楽しいことがあることに気づけたし，工夫したら楽しいことも増やせたね」とフィードバックし，面接を終えた。

４．研究成果

（１）アスペルガー障害の児童生徒の抱えるうつ病に対する心理的介入の有効性の展望

本研究の結果，対象となったすべての論文においてうつ得点の低減効果が確認されているものの，手続きの有用性については明らかにならなかった。アスペルガー障害をもつ児童生徒の抑うつ低減，抑うつ予防プログラムの現時点での課題として，①セッション数が多く，介入実施期間も長いために，実施が容易ではなく，多くの児童生徒に提供可能なプログラムではない，②介入手続きが多岐に渡っており，包括的なプログラムが構築されている一方で，どの介入要素がうつ得点の低減に有効なのか，明確ではない，③参加者個人に対するアセスメントが欠けており，どのような状態像の児童生徒に有効なプログラムなのか，わからない，④参加者と，参加者を取り巻く環境との相互作用が扱われていないために，介入の効果が長期に渡って維持するという保証がない，という点が挙げられた。

（２）抑うつ予防を念頭に学校適応促進プログラムの開発と効果の検討

特別支援学級の児童の行動観察の結果から，１人目の児童においては，介入後における交流学級での給食中の発言や話しかけ，笑顔の表出回数が増加していたことが示された。一方，フォローアップにおいては，行動観察における適応行動の出現回数は介入前の水準と同等へと戻っていた。２人目の児童においては，介入後において，適応行動の表出が増加していることが示されている一方で，フォローアップにおいては介入前の水準と同等であった。

質問紙の結果からは，１人目の児童においては，介入前から介入後にかけて向社会的行動得点がやや増加したものの，フォローアップにおいては介入前の水準と同等であった。抑うつに対する評価は一貫して低かった。２人目の児童においては，友だちとの関係ストレッサーの減少に伴い，抑うつ得点が減少している可能性が示唆された。また，向社会的スキル得点は，介入後に一時減少しているものの，フォローアップにおいては介入前よりも高い水準を示していた。以上のことから，本研究における特別支援学級に在籍する児童を対象とした個別 SST の効果として，短期的な介入効果が認められたと考えられる。フォローアップまでの長期的な効果としては，

質問紙による測定では得点の維持は確認されるものの，行動観察の結果を踏まえると，本研究で実施した一連の介入の効果によるものであるとは言い難い。

一方，交流学級を対象とした集団 SST の効果として，対照群との比較から，質問紙調査における心理的ストレス反応および社会的スキルに有意な変化は認められなかった。

以上のことから，本研究の結果は，個別 SST を用いて特別支援学級児童の行動変容を促したことによって得られたものであると考えられる。本研究では，集団 SST 自体が個別 SST の維持促進の手続きとして機能し，特別な手続きを用いなくても，効果が維持することを狙っていた。しかしながら，個別 SST の短期的な効果は認められたものの，長期的な効果の維持には至らなかった。集団 SST においても，十分な介入の効果は認められず，対象児の適応促進に対する寄与についても，有効性を示すことはできなかった。その背景として，ターゲットスキルの選択や介入回数の問題が挙げられる。このような課題に対して，たとえば「仲間への入り方」や「仲間への誘い方」を習得した後に，その仲間との活動を維持することを目的として，「仲間へ質問する」，「話しかける」，「賞賛する」などのスキルを，個別 SST と集団 SST の双方で，実施することが必要であったと考えられる。

（３）児童に対する個別面接を通した学校適応促進効果の検討

対象児は学校生活の楽しくない部分にのみ着目し，楽しい部分に気づきにくい特徴をもつ児童であった。そのため，表情絵を用いたアセスメントにおいても，怒り感情評定が高く，楽しさの評定は低かった。実際には，もともと他児との関係が悪かったわけではなく，自分から積極的に関わるのが苦手な児童であったと思われる。それに対し，実際は１つの軸で考えられ得る学校に対する認知的評価を「学校楽しくない度」と「学校楽しい度」の２つの軸で分けて評価を求め，学校に対する肯定的な側面を探すことで，対象児の学校に対する動機づけを高め，学校に対する認知の再構成が行われたと考えられる。また，問題解決訓練を用いて，対象児自身に解決策を案出させたことも，対象児自身の行動変容を促進させる結果に導くことを可能とした。さらに，学校という場面を活かし，担任や養護教諭と援助方針を共有することで，Co.が関わりにくい日常生活や教室場面でも，一貫した支援が提供できたことが，早期の解決に至ったと考えられる。

本事例から，児童に対して認知行動的アプローチを実践する際には，言語化しにくい感情を視覚化する手続きを用いることや，問題解決の手続きを用いて思考を言語化，数値化することの有効性が示唆された。このように，手続きの工夫をすることで，実施が困難とされる児童に対しても，認知行動的アプローチは有効であると期待される。

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５件）

① 小関俊祐，アスペルガー障害をもつ女児の母親に対する心理的支援の効果，桜美林論考心理・教育学研究，査読有，６巻，2015，1-14.

② 小関俊祐・小関真実・鈴木彩奈，学校の統廃合に伴う児童の抑うつおよび心理的ストレス反応に対する認知的介入の効果，認知療法研究，査読有，7 巻，2014，94-102.

③ 小関俊祐・小関真実，児童に対する認知的心理教育と SST の抑うつ低減効果の比較，ストレス科学研究，査読有，29 巻，2014，34-42.

④ 小関俊祐・小関真実，アスペルガー障害の児童生徒の抱えるうつ病に対する心理的介入の有効性の展望，愛知教育大学臨床総合センター紀要，査読有，４巻，2014，71-75.

⑤ 小関俊祐，小学５年生の学校不適応感に対する認知行動的アプローチの適応，Stress & Health Care，査読有，2012，203.

〔学会発表〕（計８件）

① 小関俊祐，認知行動療法からみた学校における課題と対応，日本教育心理学会第 56 回総会自主企画シンポジウム JB05 認知行動療法に関する生徒指導・教育相談研修会のあり方，2014.11.7，兵庫.

② Koseki，S.，Koseki，M.，et al.，Individual social-skills training for a child with Asperger's syndrome and class-wide social-skills training for his classmates: Effects on adaptation behaviors and depression，28th International Congress of Applied Psychology，2014.7.11，France，Paris.

③ 小関俊祐，将来的な自殺リスクの低減に向けた児童期，思春期の抑うつ対策，自主シンポジウム，日本健康心理学会，2013.9.8，北海道.

④ 小関俊祐，林萌恵，他，特別支援学級児童に対する個別 SST と交流学級児童に対する集団 SST が適応行動の遂行と心理的ストレスに及ぼす効果，日本行動療法学会，2013.8.25，東京.

⑤ Koseki，S.，Suzuki，A.，et al.，Effects of cognitive interventions to reduce children's psychological stress with school elimination and consolidation，4th Asian Cognitive Behavior Therapy Conference，2013.8.23，Japan，Tokyo.

⑥ 小関俊祐，小関真実，学校の統廃合に伴う心理的ストレスに対する認知的介入の

効果，日本教育心理学会第 54 回，2012.11.24，沖縄.

⑦ 小関俊祐，小関真実，中学進学に向けた学校適応促進のための問題解決訓練の効果，日本行動療法学会第 38 回大会，2012.9.22，京都.

⑧ Koseki, S., & Koseki, M., Effects of Class-wide Social Skills Training for Special Needs Children, 12th International Congress of Behavioral Medicine, 2012.8.30 , Hungary, Budapest.

〔図書〕（計３件）

① 小関俊祐，田研出版，児童生徒の理解（教育現場での個人差），尾形和男（編）発達と学習の心理学，2013，111-120.

② 小関俊祐，田研出版，障害のある児童生徒の発達と学習，尾形和男（編）発達と学習の心理学，2013，135-146.

③ 小関俊祐，創元社，再発予防と行動活性化の未来，坂井誠・大野裕（監訳）セラピストのための行動活性化ガイドブックうつ病を治療する 10 の中核原則，2013，177-195.

〔その他〕

ホームページ等

http://www2.obirin.ac.jp/skoseki/index.html

６．研究組織

(1)研究代表者

小関　俊祐（KOSEKI SHUNSUKE）

桜美林大学・心理・教育学系・専任講師

研究者番号：30583174

(2)研究分担者

なし

(3)連携研究者

なし