

小学校高学年におけるストレス軽減効果の検討

— チェックリストを活用した不適応傾向児童への二次的援助 —

間正美恵

(埼玉県児玉郡上里町立七本木小学校)

宮下敏恵

(上越教育大学)

1 問題と目的

三浦(2006)は中学校で、土田(2007)は小学校で、不登校の予防という視点からストレスチェックリストと学校嫌い感情尺度とを用いて、研究者との協働で担任教師が児童生徒の心理ストレスの状態の理解と日常の学校生活における働きかけを実施した。その結果、抽出児童生徒の不登校感情の低下とストレス変数の好ましい方向への変容を確認した。先行研究では、働きかけの例示がされているものの、本アプローチの有用性を高めるためには、働きかけに関する検討が必要であると思われる。また、学校不適応のスクリーニングとして、学校現場でも受け入れられやすい尺度を使った研究が必要と考えられる。本研究では、小学校高学年において、Q-Uによる学校不適応傾向や心理的ストレスに関する質問紙を実施した。質問紙の回答によって得られたプロフィール票を提示し、担任教師の児童理解とそれに基づいた日常の学校生活における二次的援助により、児童のストレスの軽減がみられるか、学校不適応傾向の改善がみられるかを検討する。

2 予備調査

学校現場での学校不適応の二次的援助についての具体的な手立て・知見を収集するために、現職小学校教員10名(女:7名,男性3名)を対象として半構造化面接を実施した。調査期間は、2007年2月下旬から4月であった。

学級経営での学校不適応の重点・留意点として、「自己肯定感」、「居場所」、「認め合える仲間作り」、「友人関係」、「身体的症状」、「発達障害」、「学力」、「主張性」、「家庭環境」、「過敏性」、「気遣い」、「規範意識」、「早期発見・早期対応」がキーワードとして抽出された。予防的な取組として、対象児童を認め・誉め・励ます他、児童のストレス耐性を育む取組が必要であることが示された。

3 本調査

(1) 目的: 二次的援助が必要な児童をQ-Uによってスクリーニングし、メンタルヘルスチェックリストに基づく支援方法の有効性の検討をする。

(2) 方法: 小学生、4年生から6年生(188名)を対象として学級不適応感、および心理的ストレスに関する質問紙による調査を実施した。「学校不適応の可能性がある」と考えられる児童のスクリーニングと、担任教師による早期対応を行う。調査者が作成した学校不適応感の高い児童のプロフィール票を基に、担任教師と調査者が話し合い、必要な支援を検討した。ストレス変数の特徴を提示しながら、具体的な働きかけの方法については担

任教師と調査者との話し合いを実施し決定した。そして、担任教師がその児童の心理的ストレス状態を理解し、把握したうえで働きかけを行った。

(3) 調査期間; 2007年5月から11月

スクリーニングのためのQ-Uを5月と7月に実施した。従属変数は、Q-Uを9月と11月に、メンタルヘルスチェックリストを介入前後(5月・11月)に実施した。

(4) 結果と考察

学校不適応感が高い児童として抽出された介入群を主な対象として働きかけの有無と得点の変化を検討した。

学校不適応感が高い児童で働きかけを行った72名を介入群とそれ以外を統制群(116名)と操作的に定義した。Q-Uの承認得点と被侵害得点のそれぞれを従属変数とした2要因の分散分析を行った。その結果、承認得点・被侵害得点ともに1%水準で有意な交互作用が示された。時期の単純主効果の検定を行ったところ、統制群では、時期による有意な得点差はみられなかったが、介入群では、承認得点で有意な得点向上が、被侵害得点で有意な得点の低下が認められた。また、先行研究においても一連のアプローチの有効性は確認されているが、本研究では、ストレス関連項目の全ての変数において変容が認められた。各変数が、高得点(あるいは低得点)であったものは、教師からの働きかけの後にそれぞれの変数において改善の方向に変化したことが示された。この背景には、予備調査における支援事項のまとめをしたことにより働きかけについての指針が得られたこと、担任教師との定期的な情報交換をしたことによるものと考えられる。一方で、担任への調査結果からは、有用性が評価されたものの、先行研究に比して負担感が高かった。

Table 1 介入群内の各変数の平均得点, SDおよびt検定結果

	N	5月平均	SD	11月平均	SD	t値
ストレス症状						
身体的反応	28	8.50	1.26	6.64	2.53	4.36 **
抑うつ・不安	42	7.07	1.55	5.40	2.47	4.18 **
不機嫌・怒り	32	8.97	1.53	7.50	2.85	2.84 **
無気力	24	8.96	1.60	7.00	2.70	4.93 **
学校ストレス						
先生との関係	25	7.86	1.70	6.96	2.54	2.43 *
友人関係	23	10.04	1.49	7.30	2.83	5.16 **
学業	23	9.39	1.47	7.09	2.75	4.46 **
ソーシャルサポート						
父親	16	4.25	1.29	6.56	3.58	3.43 **
母親	15	5.40	1.92	7.20	3.17	2.46 *
教師	16	3.68	1.01	6.44	3.09	4.12 **
友人	20	5.40	1.50	7.00	3.34	2.08 †

†p<.10 *p<.05 **p<.01

4 今後の課題

学校や教師のストレスに関する質問紙への心理的な抵抗が活用の妨げになっている点も考えられるため、学校ストレスへの理解を啓発する必要がある。さらに、コンサルテーションの視点からの考察も必要である。