

定時制高校生を対象とした学級規模のソーシャルスキル トレーニングによる抑うつ低減効果

— ウェイティングリストコントロールデザインを用いた検討 —

○波光涼風¹・吉良悠吾^{1,2}・神原広平^{1,3}・重松 潤¹・松本美涼¹・廣瀬春香¹・増永希美¹・

満石花歩¹・大島陸¹・#野口由華¹・漆谷沙耶¹・#阿部祐也⁴・尾形明子¹

(¹広島大学大学院教育学研究科・²向洋こどもクリニック・³日本学術振興会特別研究員・⁴広島大学教育学部)

目 的

わが国の高校生では、閾値を超える高い抑うつを示す生徒が30.0%~32.9%存在することが示されている(山口他, 2009)。中でも、定時制高校には、いじめや不登校などの学校不適応を経験した青年が多く在籍しており(島根, 2009)、全日制高校生よりも抑うつが高く、閾値を超える生徒の割合も高いことが示されている(吉良他, 2017)。そのため、高校生の中でも特に、定時制高校生の抑うつ解消および予防が必要であると言える。定時制高校生はソーシャルスキルが低く、結果として高校でも学校不適応を示しやすいことから(紅谷, 2001; 吉良他, 2017)、ソーシャルスキルの向上を目指したトレーニング(Social Skills Training; SST)が有効であると考えられる。これまで定時制高校生を対象としたSSTの実践報告はなされているものの(吉沢, 2015)、統制群が設定されていないことや学級規模のSSTによる抑うつ低減効果の検討はなされていない。そこで本研究では、定時制高校生に対する学級規模のSST実施に伴った抑うつ低減効果について、ウェイティングリストコントロール法を用いて検討することを目的とする。

方 法

対象者 定時制 A 高校の1年生のうち、先にSSTを実施する群(以下 SST 群)116名とウェイティングリスト群(以下 WL 群)115名に割り付けた。ただし3回の質問紙調査のいずれかで欠席であった者と、半分以上の記入漏れ・記入ミスがあった者を除いた123名を分析対象とした(SST群; 男子32名, 女子30名, WL群; 男子27名, 女33名, 不明1名)。効果測定のために、介入前の2018年5月(T1)と、SST群の介入実施後(T2)、WL群の介入後(T3)に質問紙を配布した。

介入内容 先行研究で実施された、高校生に対する学級規模でのSST(神原他, 2016; Kira et al., 2017など)を参考に、「挨拶」や「聴き方」、「仲間入り」、「あたたかい言葉かけ」、「上手な頼み方・断り方」からなる介入プログラムを作成し、毎週1回100分、計3回の授業時間の中で行われた。

測定尺度 (1) 抑うつ: CES-D(島他, 1985; 20項目, 4件法) (2) ソーシャルスキル: ソーシャルスキル自己評定尺度短縮版(吉良他, 2018; 20項目4件法)。

(3) 認知のゆがみ: 高校生用対人場面における認知のゆがみ尺度(岡安, 2009; 16項目4件法)を用いた。**倫理的配慮** 本介入は事前に学校長から介入と質問紙調査の実施の同意を得た。生徒には紙面にて説明を行い、回答内容は成績に関係せず、途中で回答を中止しても構わないことを明記した。

結 果

SST群とWL群の得点の差を検討するため、時期と群の2要因混合分散分析を行った。その結果、ソーシャルスキルにおいて時期の有意な主効果が認められた($F(2,212) = 6.14, p < .01$)。多重比較の結果、T1とT2, T1とT3で有意に得点が高かった($p < .01$)。交互作用は有意ではなかったものの、各群におけるソーシャルスキルの変化を検討するために1要因参加者内分散分析を行ったところ、SST群では時期の主効果が有意であり($F(2,106) = 3.81, p < .05$)、多重比較の結果、T1とT2で有意に得点が高かった($p < .05$)。WL群においても時期の主効果が有意であり($F(2,106) = 3.30, p < .05$)、多重比較の結果、T1とT3で有意傾向($p = .085$)がみられたが、T1とT2では有意な差は見られなかった。また、認知のゆがみに関しても同様に、時期と群の2要因混合分散分析を行った。その結果、時期の主効果が有意($F(2,208) = 9.09, p < .01$)、交互作用が有意傾向($F(2,208) = 3.09, p = .052$)であった。単純主効果の結果、WL群で有意な得点の低下が認められた($p < .05$)。抑うつに関しては有意な効果は認められなかった。

考 察

本結果から、介入によってソーシャルスキルが高まったことから介入プログラムの有効性が示唆された。また、認知のゆがみに関しては、WL群でのみ改善が認められた。これには質問紙の測定時期や授業者の熟練度の影響が考えられる。つまり、高校生活やクラスに馴染めてきた時期に測定したWL群で認知のゆがみが改善された可能性や同じ授業をSST群とWL群で実施しているため、2度目となるWL群での授業の方がよりよい授業が展開できている可能性がある。一方で、抑うつに関しては有意な低減は見られなかった。SSTの抑うつ低減効果は、個人の適応感が促されることで生じることから(Segrin & Rynes, 2009)、長期的な効果検討が望まれる。