

# 児童における学校適応の増悪要因と促進要因の検討

○伊與田万実（名古屋学芸大学ヒューマンケア学部）・今井正司（名古屋学芸大学ヒューマンケア学部）

キーワード：慢性疲労、完全主義、能動的注意制御機能

## 目的

近年、学校に登校できているものの、不定愁訴や集中力の低下などを訴える「不登校予備群」が確認されている（川谷, 2011）。その背景には、原因不明の全身倦怠感、微熱や思考力の障害などが持続する慢性疲労（Chronic Fatigue: CF）が発症していること示唆されている（Johdoi et al., 2009）。また、学校不適応行動の背景にはストレスの問題があることが報告されており（嶋田, 1998）、不登校予備群の児童生徒はCF やストレスを蓄積しやすく、学校生活の質が低下しやすいことが考えられる。これらの学校適応に関する心理的要因を増悪させる要因として、失敗を過度に気にする「不適応的な完全主義認知」が想定される。成人においては精神的健康を悪化させることが明らかにされているが（伊與田・今井, 2016）、児童への影響性については詳細に検討されていない。そこで本研究では、児童の学校適応への増悪要因として不適応的な完全主義を想定し、また、CF や抑うつをはじめ様々な心理症状を緩和させる要因として注意制御機能を想定したうえで、それらの影響性を検討することを目的とした。

## 方法

### 1. 調査実施者と手続き

東海圏に在学する小学校4～6年生の106名を対象に、質問紙による一斉調査を実施した（有効回答数：97名）。調査前に、「回答は任意であること」「学業成績に影響しないこと」などについて児童に理解しやすい表現で紙面に明示し、口頭においても説明するなどの配慮をした。本研究は名古屋学芸大学研究倫理委員会の審査・承認を受けて行われた（倫理番号：208）。なお、利益相反関係はない。

### 2. 調査材料

- a) 子ども用多次元自己志向的完全主義尺度（桜井, 2005）：小学生を対象にした完全主義を測定できる尺度である。本研究においては、完全主義の不適応的側面である「高すぎる目標（HS）」と「結果へのこだわり（CR）」の下位因子を使用した（24項目4件法）。
- b) Chalder Fatigue Scale 日本語版（花輪ら, 2002）：児童における慢性疲労を測定する尺度である（14項目4件法）。
- c) PSI 小学生用ストレス反応尺度（坂野ら, 2007）：小学生の日常生活中でのストレス反応を測定する尺度である（12項目4件法）。
- d) 小学生版 QOL 尺度（柴田ら, 2000）：小学生の学校生活における QOL を測定するための尺度である（24項目5件法）。
- e) 児童能動的注意制御尺度-児童版（Voluntary Attention Control Scale for Children: VACS-C；今井ら, 2015）：児童の注意実行機能を測定する尺度である（18項目4件法）。

## 結果

Figure に示した共分散構造モデルについて検討したところ、モデルの適合力は概ね満足のいくものであると判断した（GFI=.917, AGFI=.823, RMSEA=.096）。各変数間の影響について検討したところ、潜在変数「不適応的な完全主義（HS, CR）」は、慢性疲労（CF）及びストレスに有意な正の影響を示し、QOL に有意な負の影響を示した（CF： $\beta = .79$ , ストレス： $\beta = .72$ , QOL： $\beta = -.54$  each  $p < .05$ ）。また、能動的注意制御機能は慢性疲労及びストレスに有意な負の影響を示し、QOL に有意な正の影響を示した（CF： $\beta = -.38$ , ストレス： $\beta = -.48$ , QOL： $\beta = .56$   $p < .001$ ）。

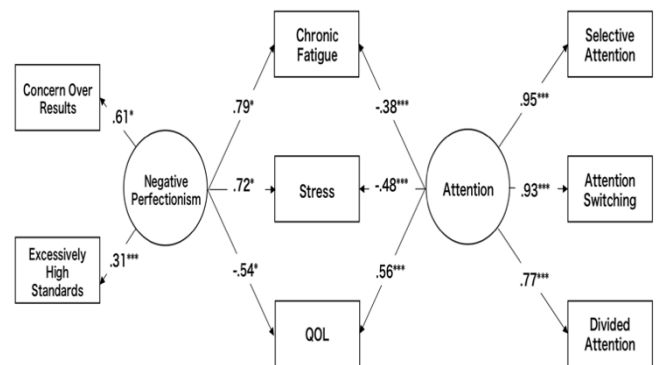


Figure: Result of Structural Equation Modeling

## 考察

本研究の結果から、達成不可能な目標を掲げ、自己の失敗経験を過剰に気にするという特徴を持つ「不適応的な完全主義」は慢性疲労症状及びストレスを増悪化し、QOL を低減させることが示された。また、能動的注意制御機能は慢性疲労やストレスを低減させ、QOL を高めることが明らかになった。これらの結果を概観すると、不適応的な完全主義を有する児童は、慢性疲労やストレスなどのメンタルヘルスの問題だけではなく、学校における生活の質全般が低下しやすく、学校適応の問題が生じやすいことが示された。しかしながら、マインドフルネスの心的態度の基盤である能動的注意制御機能は慢性疲労やストレスを緩和し、QOL を向上することから、学校適応を促進することが明らかになった。近年取り組まれつつあるマインドフルネスの教育活動では、注意実行機能を促進させることによって、自らの否定的感情や思考との「付き合い方」を習得させ、心理的安定と学習能力の向上を示している（今井ら, 2017）。児童の学校適応をより向上するためには、自己の失敗経験や高すぎる目標設定に対して「ありのままを受け入れて、評価しない」とするマインドフルネスの心的態度の涵養をすることの有効性が期待できる。

(IYODA Mami & IMAI Shoji)