

### 子どもみんなプロジェクトとは

不登校、いじめなど、子どもの問題を、  
こころの発達の科学的な視点から解決する、  
子どもと先生を支える全員参加のプロジェクトです。

### 教師と研究者の協働の可能性について

近年、学校現場での「インクルーシブ教育」推進により、発達障がい（神経発達症）の理解が深まってきました。しかし、「インクルーシブ教育」では障がい受容や障がいへの配慮ができて、個別のニーズを踏まえた将来の自立支援や社会参加（ひいては社会貢献）を推進する基盤が教育の現場にないと色々な問題が浮上してきます。これからは、障がいのあるなしに関係なく、子どもたちの自己効力感をもっとあげる教育を学校の現場で推進できる土壌を作る必要があります。

ところで、小さい時期に不適切な養育（マルトリートメント）を受けた子どもたちは、「自尊感情」が低くなります。たとえば、「お父さんやお母さんが怒るのは自分が悪いから」という発言を度々繰り返します。そうすると自分の行動に関して全く自信が持てない状況で警戒心も強く、常にオドオドした子どもになっていきます。また、アタッチメント（愛着）障害の子どもは、「報酬系（reward system）」の反応が低いことも最近の研究から見えてきました。「報酬系」とは、欲求が満たされたとき、あるいはこれから満たされるとわかったときに脳内が活性化し、喜びや快感を感じる、脳の仕組み＝システムのことです。意欲にかかわるドーパミン神経は、他者に褒められることなどを行動・学習の動機につなげるこの「報酬系」に関わっています。アタッチメント（愛着）の障害をもつ子どもたちは自己肯定感が極端に低く、叱るとフリーズして固まってしまう、褒め言葉はなかなか心に響かない特徴があります。低下している報酬系を賦活させるためにも普通の子ども以上に褒め育てを行う必要があります。

だから、親や周りの大人たち、学校の先生たちには子どもの問題行動をただ単に否定し注意するのではなく、むしろ良い所が少しでもあったらしっかりと褒めていただきたいです。食べ物やお金と同じように褒めることも、『報酬（ご褒美）』として子ども達の脳にはしっかりと響いているのですから。

子どもは、自分の些細な変化に気づいてもらうだけでも嬉しいものです。あとは、本児の自己肯定感を維持できるように、小さなことでも褒めポイントを見つけて、盛大に褒めてあげるようにして欲しいです。家族と協力し、問題行動を怒ったり責めたりしないで、良いおこないを「必ず褒める」ようにしていただきたいです。もちろん、子ども自身が自覚して「自分でがんばろう」とやる気をおこさせることがとても大切です。

子どものこころの発生や発達、しくみなどの解明にはいまだ問題が山積していますが、こうした研究成果から一連のエビデンスが出てきています。これらの理解によって、教師が責任をもって子どもと接することができる社会を築ことができ、少しでも子どもたちの未来に光を当てることができれば、まさに「教師と研究者の協働」が叶うと言ってよいでしょう。

福井大学 子どものこころの発達研究センター発達支援研究部門教授/副センター長 友田明美

#### 文献

友田明美、『新版いやされない傷—児童虐待と傷ついていく脳』（診断と治療社）、2012。

友田明美、『子どもの脳を傷つける親たち ～脳科学が明らかにした驚くべき事実～』（NHK 出版）、2017。



# 弘前学校コホート調査「こころのサポートアンケート」

教育現場と連携した子どものメンタルヘルスの定点観測の仕組み

## NEWS

子どもみんなプロジェクトは、様々な課題に翻弄される教育現場に対して、研究者が科学的な方法を駆使してその解決に協力するという、まさに「子どもたちの将来のために、全ての人の力を結集する」プロジェクトです。その先進的な取り組みとして、弘前大学の調査研究の取り組みについて報告します。

### 子どものこころの定点観測：どうして追跡調査が求められるのか？

不登校やいじめ加害・被害などの生徒指導上の諸問題に対し、科学的な手法を用いてそれらが生じるプロセスを明らかにする必要性は、これまでニュースレターの中でも繰り返し強調されてきたところです。なかでもこれらの問題の**危険因子(問題が起こる危険性を高める要因)**と**保護因子(問題が起こる危険性を妨げる要因)**を探索し、予測指標を確立することは、より重要性の高い課題と言えます。なぜなら、それらの指標を確立することができれば、問題が起こる危険性の高い子どもを早期に把握し、予防的な対処が可能となるからです。

元々「危険因子」という用語は、心疾患の予防的知見をまとめたフラミンガム心臓研究(Wilson et al., 1998 など)において初めて用いられた言葉とされ、現在では、心の健康分野においても、事後的な治療的介入手段の洗練ばかりでなく、予防的対処の重要性が広く認識されています。

### 縦断的研究と横断的研究

ところで、フラミンガム心臓研究では、心疾患を予測する指標を開発するために、ある集団を継続的に追跡調査(縦断的研究)する「前向きコホートスタディ」という膨大な時間と費用のかかる研究手法が用いられました。

しかし、そのような継続的な調査でなくとも一時点でも、心疾患になった人の調査を行い(横断的研究)、そうでない人と比較をすれば、その特徴を明らかにすることは可能と思われるかもしれません。ところが、このような横断的研究では、見出された要因が問題となる現象に先行して生じていたか否かが明らかにできないという致命的な欠点があります。例えば、心疾患のある人はそうでない人に比べて、肥満傾向が高かったという結果が得られたとして、肥満の影響によって心疾患のリスクが高まったのか、心疾患の影響から思ったように運動ができず、結果的に肥満傾向が高まったのかを判断することはできません。

では、過去に遡って調査をしてはどうでしょうか。確かにこの方法も危険因子や保護因子を明らかにするために有用な方法の一つなのですが、この方法は、記憶のバイアス(歪み)が生じる可能性がぬぐいきれないという欠点があります。健康診断の結果など、過去の公的な記録を参照できれば、この点を心配する必要はありませんが、本プロジェクトで取り組んでいる不登校やいじめなどといった問題は、子どもの感情や思考、行動を手掛かりに、後の行動を予測することが多いため、それらを過去に遡って調査することは極めて困難であり、信頼性や妥当性に問題があります。中学生に小学校低学年の時の気持ちや考えを思い出してもらって回答してもらうことがいかに困難であるかは容易に想像できると思います。

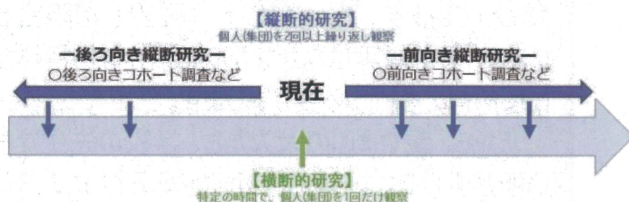


図1 縦断的研究と横断的研究

### 学校コホート調査「こころのサポートアンケート」

ここまでみてきたように、不登校やいじめなどといった問題の解決にあたっては、それらに関連する要因を縦断的に調査することで、問題の成り立ちを明らかにすることが求められます。このような問題の解決に向けて、弘前大学大学院医学研究科と弘前市教育委員会とは、学校教育における諸課題に医学的見地から適切に対応することを目的として2013年11月に連携協定を結び、2014年より、青森県内小中学校の児童生徒(約12,500人)とその保護者を対象とする**前向きコホートスタディ「こころのサポートアンケート」**を開始し、児童思春期におけるメンタルヘルスの実態把握を進めています。児童思春期のコホートスタディとしては、国内で最も大きなものとなると思われます。現在までに3年間の調査を終え、縦断的分析から、わが国の文化的要因を踏まえた不登校やいじめ、非行のリスクなどを予測するアルゴリズム生成を目指して、さらに追跡調査を継続するとともに、同時に児童思春期における包括的な支援システムの構築を進めているところです。(図2)

図3に、こころのサポートアンケートで仮説的に使用している児童思春期における心の健康問題の生起モデルを示しました。図示した通り、こころのサポートアンケートでは、「抑うつ」・「攻撃性」を問題が行動として表出される上での重要な予測指標に位置づけ、これらの指標を中心として個々の子どもたちの経年変化の観察と本人・保護者および学校現場へのフィードバックを行っています。

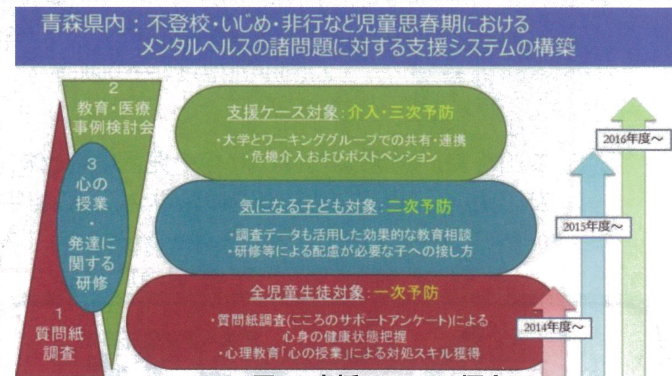


図2 支援システムの概念図

### 不登校やいじめ、非行行動の背景には、抑うつや攻撃性の高まりが見られる

図3に示したモデルは、中京大学の辻井正次教授を中心として、中部地方で小中学生を対象に、先行して行われてきた調査で得られた科学的根拠を基盤に構成されたもので、「欠席行動や自傷行為と抑うつ・攻撃性の関連」(高柳ら,2012)、「抑うつ・身体的攻撃性が非行行為のリスクを高める」(望月ら,2014)、

「いじめ被害と抑うつとの関連」(村山ら,2015)、「いじめ加害・被害と攻撃性、非行行為との関連」(村山ら,2015)などを根拠としています。

このように多欠席や自傷行為、非行、いじめなどの行動化の背景には、発生以前に抑うつや攻撃性の高まりがあると推測され、これらをもとに予防的介入の指標を確立できる可能性が想定されています。

また、不登校やいじめの予測指標となる抑うつや攻撃性を高める保護因子や危険因子については、「小中学生のストレス因子のうち、抑うつに対しては『友人関係』、攻撃性に対しては『家族関係』との関連が最も強い」(伊藤ら,2016)、対処スキルのうち『反すう』は抑うつを高め、『問題解決』や『気晴らし』は抑うつを抑制する(村山ら,2014)、『肯定的養育』と『否定的養育』は、情緒的問題や行為の問題の多少と関連を持つ(伊藤ら,2014)などといった研究が進んでいます。

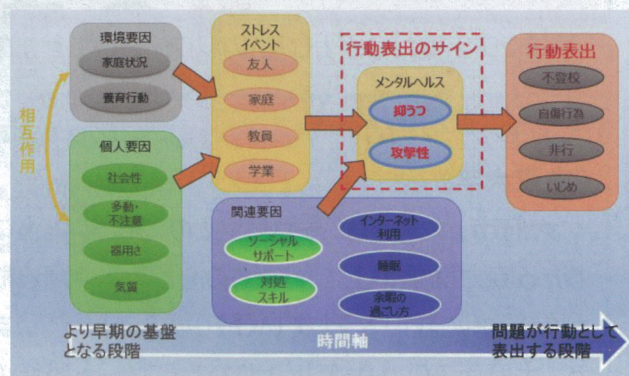


図3 問題の生起モデル

## 今後の展開

### 1. 定点観測の継続

こころのサポートアンケートで使用しているモデルは、以上のような根拠をもとに仮説的に構成されたものです。根拠の多くは、横断的調査によって得られた結果であるため、今後、縦断的研究の中で、実際に保護因子や危険因子として機能するか検証が必要です。

### 2. 多地域調査の必要性

一地域でいくら大規模にコホートスタディを行っても克服できない点が、地域差の問題です。青森県内で得られた結果が他地域でも同様に得られるのかは、実際に調査をしてみなければ分かりません。このような調査結果の再現性(繰り返し同じ結果が得られること)は、科学的根拠の根幹を成すものと考えられており、多地域調査は今後必ず必要となる展開の1つです。

### 3. 支援プログラムへの接続

当然のことながら、危険因子が見られた場合に導入される支援プログラムの開発も同時に進める必要があります。これには、子どもみんなプロジェクトで開発を進めているいじめ防止プログラムや不安予防プログラムにも、大きな期待を寄せており、これらの効果検証が待たれるところです。

(弘前大学大学院医学研究科附属子どものこころの発達研究センター 特任助教 足立 匡基)

## 平成29年度 各拠点大学等における調査研究・研修プログラム等実施状況

### 【武庫川女子大学】

平成19年度より現在まで西宮市での『武庫川チャイルドスタディ』(誕生から小学校高学年まで子どもの成長を追跡)という長期研究を実施。本年度は同教育委員会との協力により、タブレット端末による調査実施の手法を開発し、実践予定。

### 【福井大学】

教師基本研修シリーズ(【講座4】気になる行動への対応(応用行動分析の視点から))を作成。

### 【弘前大学】

前述の「こころのサポートアンケート」の取り組みと、子どもみんな調査を実施(小学校1校、児童数約400名)。

### 【兵庫教育大学】

8月に兵庫教育大学現職教員研修講座「脳科学と教育ー情動・睡眠に関連してー」(講師:大阪大学谷池雅子教授、佐藤真教授、兵庫教育大学松村京子教授)を開講。

### 【金沢大学】

石川県教育委員会と連携し、小松市において、子どもみんな調査を実施(中学校1校、小学校2校、児童生徒数約1,000名)。

### 【千葉大学】

認知行動療法に基づく予防教育プログラム「勇者の旅」(詳細はNews Letter 2号を参照)を授業実践できる指導者養成のためのワークショップを千葉県6会場、千葉市1会場、鳥取県1会場、計8回開催。また、千葉県・千葉市及び鳥取県内の小・中学校における授業実践の介入効果を検証しており、実践協力校は千葉県16校、千葉市3校鳥取県12校、計31校、児童生徒数は約2,300名。  
教師基本研修シリーズ(【講座3】子どもの不安とその対処法(認知行動療法入門))を作成。

### 【鳥取大学】

鳥取県教育委員会の協力のもと、「勇者の旅」を授業実践できる指導者養成のためのワークショップ開催、鳥取県内の小中学校での授業実践の介入効果検証を行っています。鳥取県内での実践協力校は12校、児童生徒数約1,000名。

### 【大阪大学】

池田市教育委員会と連携し、子どもみんな調査を実施。  
教師基本研修シリーズ(【講座2】脳から発達を考える(脳の特性と支援))を作成。

### 【中京大学】

大府市教育委員会と連携し、学校コホート調査を実践(大府市全市:小学校9校、中学校4校、計13校)。コホート研究の調査結果より、教職員を対象とした研修において、子どものメンタルヘルス対策やリスクファクターに関する報告。

### 【浜松医科大学】

子どもみんな調査(浜松市、小松市など5都市で実施、参加協力校15校、児童生徒数約5,000名)の報告書作成と解析。浜松市、磐田市教育委員会の協力のもと、小学校6校、中学校3校において調査を実施。

### 【子どもの発達科学研究所】

浜松市・磐田市・弘前市・小松市・池田市教育委員会の協力のもと、子どもみんな調査の実施および教員対象支援プログラム作成に向けた予備的研究を実践。また静岡県教育委員会が実施する教員研修の実施。  
教師基本研修シリーズ(【講座1】教育に科学を(科学的思考の必要性))を作成。

## 平成 29 年度 子どもみんなプロジェクトの体制

平成 29 年度から子どもみんなプロジェクトに参加する大学、教育委員会をご紹介します。

### 【大学コンソーシアム】

#### 《中京大学》

大府市、大府市教育委員会との 20 年以上にわたる協力関係の上に、子どもの心と身体の発達に科学的なアプローチをしていく取り組みを行っています。大府市での 10 年以上にわたるコホート研究の成果を本プロジェクトの取り組みに生かし、子どもたちのより良い発達を推進します。

### 【連携教育委員会】

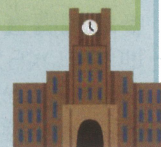
#### 《大府市教育委員会》

中京大学と、20 年以上にわたる協力関係を築いており、コホート研究に協力しています。こころ、身体、学習など児童生徒、保護者とも連携して、課題に取り組んでいます。

#### 《柏市教育委員会》、《館山市教育委員会》

千葉大学子どものこころの発達教育研究センターの予防教育プログラム「勇者の旅」の実践や、教育現場の問題解決に連携して取り組みます。

以上、平成 29 年度は **10 の拠点大学**と **16 の連携教育委員会**で本プロジェクトに取り組んでまいります。



## 教師基本研修シリーズの E-learning 化

本プロジェクトでは、平成 28 年度、子どもの発達を視点にした「教師基本研修シリーズ」の第 1 期として 4 つの研修コンテンツを開発いたしました。これらの研修コンテンツは、最新の脳科学から、すでに諸外国で科学的根拠のある行動支援の常識になっている行動理論、認知行動療法等を取り入れた系統的かつ実践的なものとなっています。この研修コンテンツは、教育現場への基本的な知識の提供を目指しているため、教育現場で行われている「研修」との連携が不可欠です。そこで、E-learning 化することで、それぞれの学校や教育委員会で開催する「研修」でより広く活用していただき、この教師基本研修シリーズの普及を進めようと考えております。

E-learning 化した動画は、本プロジェクトホームページ上にて教育関係機関向けに無料公開いたします。ただし、動画の視聴にはパスワードが必要となりますので、視聴を希望される場合は、本プロジェクト事務局へご連絡ください。詳しくは、子どもみんなプロジェクトホームページ内の動画公開ページ (<http://www.kodomo-minna.jp/e-learning/>) をご覧ください。

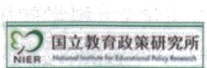
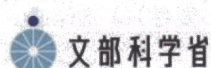
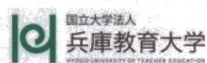
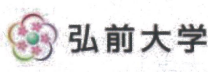
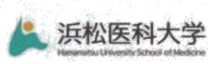
平成 29 年度に公開する動画は、以下の 4 つです。

1. **教育に科学を**（科学的思考の必要性）
2. **脳から発達を考える**（脳の特性と支援）
3. **子どもの不安とその対処法**（認知行動療法入門）
4. **気になる行動への対応**（応用行動分析の視点から）



E-learning ページ

なお、動画は今後も順次追加の予定です。また、平成 29 年度に公開した動画の視聴可能期間は平成 30 年 3 月 31 日までとなっておりますので、ご了承ください。  
（再申請していただくことで、次年度以降も視聴は可能です。）



### 連携教育委員会

青森県教育庁	千葉県教育庁
千葉市教育委員会	柏市教育委員会
館山市教育委員会	静岡県教育委員会
浜松市教育委員会	磐田市教育委員会
大府市教育委員会	石川県教育委員会
福井県教育庁	鳥取県教育委員会
大阪府教育庁	池田市教育委員会
兵庫県教育委員会	西宮市教育委員会