

中学生における学級風土，学校ストレッサーと 体験の回避の関連性

下田 芳幸*¹，石津憲一郎*²，大月 友*³

The Relations Between Experiential Avoidance and Classroom Climate
or School Stressors Among Junior High School Students.

Yoshiyuki SHIMODA, Kenichiro ISHIZU, and Tomu OHTSUKI

Summary

The purpose of this study was to investigate the relations between classroom climate or school stressors and experiential avoidance (EA) among junior high school students in Japan. In study 1, 1,115 junior high school students from 33 classrooms in two public schools completed questionnaires regarding classroom climate (i.e., self-disclosure, task orientation, and order) and EA. Results from multilevel structural equation modeling of classroom climate on the EA model showed that the negative path coefficient from self-disclosure to EA was significant at the individual level. In study 2, 1,388 junior high school students from 47 classrooms in four public schools answered questionnaires on school stressors (i.e., study, relations with teachers, and relations with friends) and EA. Multilevel structural equation modeling of school stressors on an EA model revealed positive effects from all three school stressors on EA at the individual (within-group) level. In contrast, path coefficients at the classroom (between-group) level in both studies were not significant. These results indicate that effects of classroom climate or school stressors on EA occur at a personal cognitive level without shared environmental factors.

問題と目的

本研究における体験の回避とは，アクセプタンス&コミットメント・セラピーにおける主要概念の一つであり，当人にとって不快な私的出来事を回避しようという不適切な対処スタイルや態度と

定義されている (Hayes et al., 1996)。体験の回避はメンタルヘルス上のリスク要因であり，成人を対象とした研究では不安やうつ (Kashdan et al., 2006; Spinhoven et al., 2014)，PTSD 症状 (Palm & Follette, 2011)，対人関係上の問題 (Gerhart et al., 2014) といった臨床的症状や，人生満足度・心理的ウェルビーイング (Mitmansgruber et al., 2008) などと関連することが報告されている。中学生に関しても海外では，抑うつ (Sharp et al.,

¹ 佐賀大学 大学院 学校教育学研究科

² 富山大学 大学院 教職実践開発研究科

^{*3} 早稲田大学 人間科学学術院

2015), 外在化・内在化問題 (Shea & Coyne, 2017), 自傷行為の回数 (Howe-Martin et al., 2012) との関連が示されているほか, 臨床的な介入研究 (Timko et al., 2015) や心理教育 (Theodore-Oklota et al., 2014) における効果指標としても用いられている。

一方, 日本の子どもの体験の回避に関する研究は, 基礎研究としては中学生のいじめ傍観行動の経験頻度 (下田ら, 2016) や心理的ストレス (Ishizu et al., 2017), 社交不安 (Shimoda et al., 2018) などとの関連の検討に限られ, 心理教育の効果指標として細尾・境 (2015) や下道 (2014) が用いるにとどまっている。しかし先述のように, 海外では子どもを対象とした知見も蓄積されており, 子どものメンタルヘルス上のリスク要因としての特徴も明らかとなっている点を考慮すると, 日本の中学生における体験の回避の知見の蓄積は, 中学生に対する心理臨床的な実践研究や基礎研究の発展に寄与することが期待される。

ところでこの体験の回避については, 成人では安定的な性格特性的特徴を示すことが明らかとなっているが (Spinhoven et al., 2014), Greco & Eifert (2004) や Greco et al. (2005) は, 人生早期の様々な経験を通じて強化される過程を経て形成されていくことを指摘している。したがって中学生を中心とする思春期においては, 形成プロセスの過程にある可能性が考えられる。実際, 短期縦断研究によって, 体験の回避がストレス反応などから正の影響を受けることを示した研究もあり (Ishizu, et al., 2017; Shimoda et al., 2018), 中学生については, 体験の回避は形成途上にあると推測される。しかし中学生における体験の回避の形成過程をはじめとする基礎的知見については極めて少ないのが現状である。

さて, 中学生は通常, 授業をはじめとした多くの時間を学校, 特に所属学級で過ごす。そして学級を中心とした学校生活を通して, 対人関係のやり取りや社会的なルールといった側面も学び, 自己の行動制御を獲得したり強めたりしていく時期といえる。そのため中学生の体験の回避に対し

て, 学校・学級に関わる要因が大きく影響する可能性が考えられる。こういった観点からの先行研究が確認されないことを踏まえて本研究は, 学級という環境要因に着目し, 体験の回避に及ぼす影響について探索的に検討することとする。

中学校における学級環境に由来する要因としては様々なものが考えうるが, 本研究では学校臨床実践における知見も提供するという観点から, 以下の二つに着目した。

まず, 中学生が所属する学級の雰囲気と考えられる。中学校における授業は学級単位で行われるものが多く, また近年, アクティブ・ラーニングも重視されている。そのため, 各学級の居心地の良さ・雰囲気といった要素は中学生の心理的側面にも大きな影響をもたらす, 体験の回避の形成にも関与することが予想される。このような各学級の雰囲気を捉える概念として, 学級風土が挙げられる。学級風土は個々の学級が有する雰囲気や個性とされ (伊藤・松井, 2001), 中学生の学業をはじめとする心理・行動面へ影響する (安藤・田嶋, 2013)。そのため例えば良好な学級風土は, 体験の言語化と共有を促進して体験の回避を抑制したり, あるいは規律性を重んじる学級風土の下では, 個人の自由な行動パターンが抑制されるなどして, 体験の回避傾向が強まったりすることが予想される。学級風土は学校臨床におけるコンサルテーションにも有用な視点を提供している (安藤, 2012; 伊藤・宇佐美, 2017) ことも考慮すると, 学級風土から体験の回避への影響を検討することは, 学校臨床への貢献という観点からも有意義であると考えられる。

本研究では加えて, 学校ストレスにも注目した。学校ストレスとは学校生活で経験する嫌悪的出来事のことであり (岡安ら, 1992), ストレス反応 (三浦, 2002; 嶋田, 1998; 岡安ら, 1992), スクール・モラル (石津, 2006) などと関連する。よって学校ストレスはストレス反応といった不快な私的出来事を強める要因といえ, 体験の回避の傾向を強める可能性が考えられる。加えて, 学校ストレスは中学校教師への

コンサルテーションにおいても有用な視点を提供しているほか（三浦，2006），抑うつ予防教育においても着目されている（石川ら，2009）。したがって，学校ストレッサーから体験の回避への影響を検討することも，意義があると思われる。

なお本研究は，学級単位で調査を依頼しデータを収集している。この場合，学級という集団単位の情報と各生徒の個人単位の情報がデータに含まれることとなり，データ分析の前提となるサンプルの独立性が担保されず，推定結果が歪む恐れがある（詳しい解説は清水（2014）などを参照）。また，今回取り上げる学級風土および学校ストレッサーは，同じ学級の生徒が共有する環境要因に由来することがあり，構成概念上，学級内の類似度が高くなることも考えられる。本研究は後述するように，研究1で33学級，研究2で47学級と，学級を単位とする分析を行うのに十分なデータが得られたことから，マルチレベル相関係数の値や級内相関係数の値を参考に（清水，2014），下位レベルを各生徒，上位レベルを生徒が所属する学級とする，マルチレベル構造方程式モデリング（以下マルチレベルSEM）を行い，変数間の関連を生徒レベル（within レベル）と学級レベル（between レベル）に分けて検討することにした¹⁾。

以上より本研究は，中学生を対象とし，学級風土（研究1）と学校ストレッサー（研究2）とを取り上げ，体験の回避への影響を明らかにすることを目的とする。

なお先行研究では，体験の回避（Howe-Martin et al., 2012），学校ストレッサー（三浦，2002；嶋田，1998）および学級風土（伊藤・宇佐美，2017）いずれにおいても男女差が示されていることから，本研究においても男女ごとの分析を行うことにした。

研究1

目的

中学生における，学級風土から体験の回避への影響を検討する。

方法

調査協力者 学校長の許可が得られた，中部地方の公立中学校2校の1 - 3年生1,178名に調査を依頼した。このうち回答に協力し，記入ミス等のなかった1,115名（全体の94.7%；男子550名，女子565名，平均年齢13.3歳，33学級）のデータを分析に用いた²⁾。

調査内容 研究1では，以下の内容からなる質問紙を使用し，分析には（下位）尺度ごとの合計得点を項目数で除した項目平均を利用した。

(1)フェイスシート：学年・クラス・性別の記入欄と調査の説明からなる。説明文には研究の目的，回答内容の秘密保持，調査協力は任意であり最初または途中からの回答拒否でもいかなる不利益も被らないこと，アンケートへの回答をもって研究への協力と見なすこと，回答しない場合は回答拒否が目立たないように本研究と無関係な自由記述欄（最近あった楽しいことを尋ねるもの）の記入を薦めることなどを記載した。ただし後述の理由で学級単位の平均得点のみ，その後の学級経営の基礎資料として活用される旨を付記した。

(2)体験の回避：Greco et al. (2008) が作成した Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth を Ishizu et al. (2014) が邦訳した8項目短縮版を使用した（以下AFQ-Yと表記）。本尺度は1因子構造であり，5件法（得点範囲：まったくそう思わない = 0～とてもそう思う = 4）で回答を求めた。研究1における内的一貫性は， $\omega = .85$ であった。

(3)学級風土：伊藤・宇佐美（2017）の学級風土質問紙のうち，事前の学校との協議で学校が実施とフィードバックを希望した『自然な自己開示』（以下『自己開示』，4項目），『規律正しさ』（5項目）および『学習への志向性』（以下『学習志向性』，4項目）の3つを用いた。本尺度は5件法（得点範囲：思わない = 0～そう思う = 4）であり，本研究における内的一貫性は，順に $\omega = .92, .84, .88$ であった。

調査時期と手続き 調査は2015年6月に行われ

た。まず調査協力校において、研究の目的や回答が任意であること、プライバシーの保護等を説明した保護者向け文書を事前に配布した³⁾。その後クラス担任により、学級活動等の時間にクラス単位で実施された。実施に際し、フェイスシートに記載の説明文を担当が口頭でも読み上げた。質問紙回収後、回答協力へのお礼として、竹中・富永(2011)を参考に作成したリラクゼーション技法のプリントを全員に配布した。なお調査協力校の希望により、学級風土のみ、学級ごとの平均得点に解説コメントを付したものを各学校の管理職にフィードバックした。

結果

各尺度の男女別項目平均と標準偏差、通常およびマルチレベルの相関係数、級内相関係数(ICC)をTable 1に示す。学級レベル(between レベル)の相関の一部が有意であったこと、学級風土のICCで.10以上で有意なものが得られたことを考慮し、学級風土の3下位尺度からAFQ-Yへの影響の分析にマルチレベルSEMを適用した。

ロバスト標準誤差を用いた最尤法によるマルチレベルSEMの結果をTable 2に示す。学級風土からAFQ-Yへの影響(非標準化係数)は、生徒レベル(within レベル)では男女とも、『自己開示』のみ、5%水準で有意な負の値が確認された(男子は $\gamma = -0.14$ [95%CI: $-0.22 - -0.06$],

女子は $\gamma = -0.14$ [95%CI: $-0.21 - -0.06$], $ps < .05$)。

一方、生徒レベル(within レベル)での他の2下位尺度、および学級レベル(between レベル)では説明率および3下位尺度いずれについても、男女ともに5%水準で有意でなかった。

考察

マルチレベルSEMの結果男女とも、『自己開示』から体験の回避へ弱い負のパス係数が得られた。よって「自分の学級は自然な自己開示がしやすい雰囲気だ」と認識している生徒は、体験の回避傾向がわずかながら弱くなる可能性がある。安藤・田畠(2013)の調査では、『自己開示』は学級満足度尺度(河村, 1999)の『承認』と中程度の正の相関を示していることから、自己開示しやすい学級風土を認知している生徒は、自身のネガティブな思考や感情を級友に素直に話せたり、それを周囲に受容してもらったりする経験が多くなると予想される。そのため、不快な私的出来事を回避する経験が少なくなり、その結果、体験の回避傾向が若干弱くなるのかもしれない。

一方、生徒レベルの他のパス係数は非有意であった。1回の調査結果で断定はできないが、学級の『規律正しさ』や『学習志向性』は体験の回避に直接的な影響を及ぼさないのかもしれない。また学級レベルでは男女とも、説明率およびパス

Table 1 研究1の各変数の項目平均(M), 標準偏差(SD), 相関及び級内相関係数(ICC)

	AFQ-Y	自己開示	規律正しさ	学習志向性	女子 M	女子 SD	ICC
AFQ-Y	—	-.19** (-.20**/.36)	-.06 (-.10*/.47)	-.08 (-.10/.65)	1.23	0.77	.004
自己開示	-.09* (-.11*/.47)	—	.42** (.38**/.83**)	.35** (.30**/.85**)	2.44	1.08	.061**
規律正しさ	.06 (.03/.64*)	.46** (.45**/.61)	—	.68** (.63**/.89**)	2.03	0.80	.258**
学習志向性	.09 (.05/.72*)	.42** (.42**/.46)	.66** (.65**/.79*)	—	2.18	0.90	.168**
男子 M	1.33	2.53	2.10	2.26			
男子 SD	0.89	1.13	0.87	0.91			
ICC	.036*	.043**	.105**	.102**			

注)相関係数は、対角線左下が男子、右上が女子であり、上段が通常の、括弧内がマルチレベルのもので左が生徒レベル、右が学級レベルである。

* $p < .05$, ** $p < .01$

Table 2 マルチレベル SEM による学級風土から AFQ-Y への影響

	非標準化推定値 (標準誤差)			
	男子 [95%CL]		女子 [95%CL]	
生徒レベル (within レベル)				
自己開示→AFQ-Y	-0.14**	(0.04)	-0.14**	(0.04)
	[-0.22 - -0.06]		[-0.21 - -0.06]	
規律正しさ→AFQ-Y	0.05	(0.07)	0.00	(0.07)
	[-0.09 - 0.19]		[-0.14 - 0.14]	
学習志向性→AFQ-Y	0.10	(0.06)	-0.04	(0.06)
	[-0.02 - 0.21]		[-0.16 - 0.08]	
残差 (AFQ-Y)	0.75**	(0.06)	0.56**	(0.03)
	[0.64 - 0.86]		[0.50 - 0.63]	
R^2	.03†		.04*	
学級レベル (between レベル)				
自己開示→AFQ-Y	0.11	(0.35)	0.03	(0.34)
	[-0.58 - 0.79]		[-0.64 - 0.70]	
規律正しさ→AFQ-Y	0.06	(0.40)	0.19	(0.27)
	[-0.73 - 0.84]		[-0.34 - 0.71]	
学習志向性→AFQ-Y	0.33	(0.38)	-0.16	(0.35)
	[-0.40 - 1.07]		[-0.85 - 0.53]	
切片 (AFQ-Y)	0.19	(0.85)	1.12**	(0.40)
	[-1.47 - 1.86]		[0.35 - 1.90]	
残差 (AFQ-Y)	0.01	(0.01)	0.00	(0.01)
	[-0.01 - 0.03]		[-0.01 - 0.02]	
R^2	.54		.33	

† $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$

係数はすべて有意でなく、各学級が有する学級風土そのものから体験の回避への影響も小さいことが考えられる。特に、生徒レベルで関連が示された『自己開示』が学級レベルでの関連が示されなかったことから、総体としての学級の雰囲気よりもむしろ、自己開示しやすい学級であるという個人の認知が体験の回避に影響しているのかもしれない。また、学級レベルの残差は非有意だったが生徒レベルでは有意であったことなどから、体験の回避に影響を及ぼす他の変数について検討する必要性が考えられる。加えて、女子は学級レベルの切片も有意であり、学級によって体験の回避が異なる可能性についても検討が必要である。

研究 2

目的

中学生を対象に、学校ストレスから体験の

回避への影響を検討する。

方法

調査協力者 学校長の許可が得られた、研究 1 と異なる中部地方の公立中学校 4 校の 1 - 3 年生 1,546 名に調査を依頼した。このうち回答に協力し、記入ミス等のなかった 1,388 名 (全体の 89.8% ; 男子 707 名, 女子 681 名, 平均年齢 13.22 歳, 47 学級) のデータを分析に用いた²⁾。

調査内容 以下の内容からなる質問紙を使用し、分析には (下位) 尺度ごとの合計得点を項目数で除した項目平均を利用した。

- (1) フェイスシート : 学年・クラス・性別の記入欄と調査の説明からなる。説明文の内容は研究 1 と同様であった。
- (2) 体験の回避 : 研究 1 と同じ AFQ-Y 日本語短縮版 (Ishizu et al., 2014) を使用した。研究 2 における内的一貫性は、 $\omega = .87$ であった。
- (3) 学校ストレス : 岡安・高山 (1999) が作成

した中学生幼メンタルヘルス・チェックリスト (簡易版) のうち, 学校ストレス尺度を用いた。本尺度は『学業ストレス』, 『友人関係ストレス』 (以下『友人ストレス』) および『教師との関係ストレス』 (以下『教師ストレス』) の3下位尺度 (各4項目) からなり, 4件法 (得点範囲: ぜんぜんなかった=0~よくあった=3) で回答を求めた。本研究における内的一貫性は, 順に $\omega = .84, .86, .88$ であった。

調査時期と手続き 調査は2015年6月に行われた。事前の保護者向け資料の配布, 調査の実施, お礼としてのプリントの配布などは, 研究1と同様であった³⁾。

結果

各尺度の項目平均値の男女別平均と標準偏差, 通常およびマルチレベルの相関係数, 級内相関係数 (ICC) を Table 3 に示す。学級レベル (between レベル) の相関係数の一部が有意であったこと, 学校ストレスの ICC の値が .10 に近いものがあり, かつ統計的に有意なであったことを考慮し, 学校ストレスの3下位尺度から AFQ-Y への影響の分析にマルチレベル SEM を適用した。

ロバスト標準誤差を用いた最尤法によるマルチレベル SEM の結果を Table 4 に示す。学校スト

レスサーから AFQ-Y への影響 (非標準化係数) は, 生徒レベル (within レベル) では男女とも, 3下位尺度いずれにおいても, 1%水準で有意な正の値が得られた (学業ストレスは男子が $\gamma = 0.19$ [95%CI: 0.12-0.26], 女子が $\gamma = 0.19$ [95%CI: 0.12-0.27], 友人ストレスは男子が $\gamma = 0.47$ [95%CI: 0.34-0.61], 女子が $\gamma = 0.42$ [95%CI: 0.28-0.56], 教師ストレスは男子が $\gamma = 0.20$ [95%CI: 0.10-0.30], 女子が $\gamma = 0.27$ [95%CI: 0.16-0.37], $p < .05$)。

一方, 学級レベル (between レベル) では説明率およびパス係数いずれも, 男女とも5%水準で有意ではなかった。

考察

マルチレベル SEM の結果男女とも, 生徒レベルでは説明率は有意であり, 3つのストレスサーから AFQ-Y への有意な正のパス係数が得られた。

例えば友人関係に関しては, 中学生は他の発達段階と比較して, 友人に対するライバル意識や不安・懸念 (榎本, 2003), あるいは異質な存在に見られることへの不安 (高坂, 2010) が高いといった心理面への影響の強さが示されている。さらに『友人ストレス』は積極的対処が抑うつ・不安感情を高めるなど, コーピングがストレス反応の低減に有効に機能しにくいことが示されている

Table 3 研究2の各変数の項目平均 (M), 標準偏差 (SD), 相関及び級内相関係数 (ICC)

	AFQ-Y	学業 Str	友人 Str	教師 Str	女子 M	女子 SD	ICC
AFQ-Y	—	.31** (.32**/.67)	.39** (.40**/.34)	.35** (.35**/.55**)	0.98	0.76	.046**
学業 Str	.31** (.32**/.08)	—	.25** (.24**/.68)	.27** (.23**/.65)	1.44	0.81	.006
友人 Str	.44** (.46**/.16)	.26** (.25**/.76)	—	.42** (.36**/.76*)	0.27	0.50	.052**
教師 Str	.31** (.33**/-.01)	.24** (.22**/.88*)	.37** (.34**/.81*)	—	0.31	0.58	.071**
男子 M	0.93	1.47	0.37	0.41			
男子 SD	0.84	0.86	0.62	0.69			
ICC	.044**	.017	.058**	.094**			

注) 相関係数は, 対角線左下が男子, 右上が女子であり, 上段が通常の, 括弧内がマルチレベルのもので左が生徒レベル, 右が学級レベルである。

* $p < .05$, ** $p < .01$

Table 4 マルチレベル SEM による学校 Str から AFQ-Y への影響

	非標準化推定値 (標準誤差)	
	男子 [95%CI]	女子 [95%CI]
生徒レベル (within レベル)		
学業 Str→AFQ-Y	0.19** (0.03) [0.12-0.26]	0.19** (0.04) [0.12-0.27]
友人 Str→AFQ-Y	0.47** (0.07) [0.34-0.61]	0.42** (0.07) [0.28-0.56]
教師 Str→AFQ-Y	0.20** (0.05) [0.10-0.30]	0.27** (0.05) [0.16-0.37]
残差 (AFQ-Y)	0.49** (0.03) [0.42-0.55]	0.42** (0.03) [0.36-0.47]
R^2	.28*	.25*
学級レベル (between レベル)		
学業 Str→AFQ-Y	1.14 (4.59) [-7.86-10.13]	-1.39 (1.00) [-3.35-0.57]
友人 Str→AFQ-Y	0.46 (1.38) [-2.24-3.16]	0.05 (0.89) [-1.71-1.80]
教師 Str→AFQ-Y	-0.82 (2.28) [-5.27-3.63]	1.01 (0.73) [-0.42-2.44]
切片 (AFQ-Y)	-0.58 (5.73) [-11.82-10.66]	2.65 (1.40) [-0.09-5.38]
残差 (AFQ-Y)	0.02 (0.03) [-0.01-0.03]	0.01 (0.02) [-0.03-0.05]
R^2	.16	.69

注) Str=ストレッサー

* $p < .05$, ** $p < .01$

(三浦, 2002)。このことから、『友人ストレッサー』は不快な反応を中学生に喚起しやすく、体験の回避をやや強めることが考えられる。『学業ストレッサー』および『教師ストレッサー』についても、ストレス反応への正の影響が確認されていることから(嶋田, 1998; 三浦, 2002)、これらのストレッサーはいずれも中学生にとって不快な出来事と考えられる。そのためこれらのストレッサーを多く経験するほど、ストレッサーによって喚起される不快な思考や感情といった私的出来事を回避する試みが増え、その結果体験の回避の傾向がいくぶん強まる、というプロセスが存在するのかもしれない。ただし残差は男女とも有意であったことから、学校ストレッサー以外に体験の回避の変動を説明できる要因について、さらなる検討が必要である。

一方学級レベルでは、男女とも説明率および学校ストレッサーから体験の回避への影響はすべて

有意でなかった。学級レベルのストレッサーから体験の回避への影響は低いのもかもしれない。先述のように生徒レベルでの影響が示されたことを踏まえると、学校ストレッサーから体験の回避への影響における学級単位での類似性は低く、あくまで個人レベルでのプロセスである可能性が示唆される。

まとめと今後の課題

本研究の目的は、中学生において学級という環境要因としての学級風土あるいは学校ストレッサーが体験の回避にどのように影響するか、探索的に検討することであった。その結果男女とも、生徒レベルでは、学級風土のうち『自己開示』から負の、そして3つの学校ストレッサーから正の影響が示された。一方学級レベルでは、体験の回避に対するいずれの変数からの影響も非有意で

あった。したがって体験の回避は、学級という共有環境そのものからの影響というより、その共有環境を個人がどのように認知するか、という個人レベルのプロセスによって影響を受けていることが想定される。また研究1, 2とも, AFQ-Yの学級レベルでの級内相関係数は男女とも.05以下であったことから、同じ学級に所属していても、体験の回避の程度は類似しない可能性が示唆される。今後は、特に生徒レベルでの体験の回避の形成プロセスに関する検討が有用であると考えられる。

なお本研究では、学級風土、学校ストレスから体験の回避への影響における男女差は示されなかった。体験の回避の性差については、今後検討していく必要があるだろう。

その他の検討課題として主要なものを4点挙げる。まず研究デザインに関して、今回は1時点の調査データを用いたが、縦断調査によって、個人内の体験の回避の形成プロセスや変数間の時間的因果関係を検討したり、個人差やコホートの要因を踏まえた学年間差などの発達の差異を検討することが有用であろう。2点目は学級風土に関するもので、伊藤・宇佐美(2017)の新版中学生用学級風土尺度には、本研究で用いたものの他に5つの下位尺度がある。これらの下位尺度と体験の回避との関連を検討することも有益であろう。3点目、今回は学級を集団レベルとしたが、その上位に学校レベルを想定することが可能であり、大規模調査で学校レベルの分析を行うことも有益であろう。最後に、先行研究で体験の回避は、アレキシサイミア傾向と情動調整との媒介変数としても機能する(Venta et al., 2012)といった、媒介要因または調整要因としての検討もなされている。したがって体験の回避を、ストレスや学級風土といった共有環境から学校適応感への媒介要因として検討することも有益かもしれない。これらを元に、体験の回避に対するアプローチから中学生の心理的支援を充実させる必要がある。

〈注〉

- 1) 「個人レベルの情報を含まない、純粋な集団レベルの効果を推定することができる」(清水, 2014)という利点から、本研究ではマルチレベルSEMを採用した。なお分析にはMplus 7.31 (Muthén & Muthén, 1998-2015)を用いた。
- 2) 研究1, 2とも、記入ミスに学校や学級、項目での偏りは見られなかった。そのため完全にランダムな要因による欠測であり、削除しても分析結果に影響しないと判断した。なお研究1, 2とも全てまたは途中から無回答の質問紙が確認されたため、回答協力の任意性は担保されたと判断した。
- 3) 研究1, 2とも、保護者からの問い合わせはなかった。

〈付記〉

調査に協力いただいた中学校の先生方および生徒の皆様、心より感謝申し上げます。なお本研究はJSPS科研費26380875(研究代表:石津憲一郎)の助成を受けた。

文献

- 安藤 徹 (2012). 学級アセスメントを活用した教師支援の形成—継続的フィードバック面接による支援方法の検討— 心理臨床学研究, 29, 750-761.
- 安藤 徹・田嶋誠一 (2013). 学級風土質問紙における生徒の見立てに関する研究 九州大学心理学研究, 14, 25-32.
- 榎本淳子 (2003). 青年期の友人関係の発達の变化—友人関係における活動・感情・欲求と適応— 風間書房
- Gerhart, J. L., Baker, C. N., Hoerger, M., & Ronan, G. F. (2014). Experiential avoidance and interpersonal problems: A moderated mediation model. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 3, 291-298.
- Greco, L. A., Blackledge, J. T., Coyne, L. W., & Ehrenreich, J. (2005). Integrating acceptance and mindfulness into treatments for child and adolescent anxiety disorders: Acceptance and Commitment Therapy (ACT) as an example. In S. M. Orsillo & L. Roemer (Eds.), *Acceptance and mindfulness-based approaches to anxiety: Conceptualization and treatment* (pp. 301-324). New York: Springer.
- Greco, L. A., & Eifert, G. H. (2004). Treating parent-adolescent conflict: Is acceptance the missing link for an integrative family therapy? *Cognitive and Behavioral Practice*, 11, 305-314.
- Greco, L. A., Lambert, W., & Baer, R. A. (2008). Psychological inflexibility in childhood and adolescence: Development and evaluation of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth. *Psychological Assessment*,

- 20, 93-102.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of consulting and clinical psychology, 64*, 1152-1168.
- 細尾綾子・境 泉洋 (2015). 日本語版 Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth の作製および信頼性・妥当性の検討 行動療法研究, *41*, 31-41.
- Howe-Martin, L. S., Murrell, A. R., & Guarnaccia, C. A. (2012). Repetitive nonsuicidal self-injury as experiential avoidance among a community sample of adolescents. *Journal of Clinical Psychology, 68*, 809-829.
- 石川信一・戸ヶ崎泰子・佐藤正二・佐藤谷子 (2009). 中学生に対する学校ベースの抑うつ予防プログラムの開発とその効果の予備的検討 行動医学研究, *15*, 69-79.
- 石津憲一郎 (2006). 中学生のスクール・モラルを支える要因の検討 学校心理学研究, *6*, 3-17.
- Ishizu, K., Shimoda, Y., & Ohtsuki, T. (2014). Developing the scale regarding psychological inflexibility in Japanese early adolescence. *Poster presented at 30th Annual Pacific Rim Conference on Disability and Diversity 2014*
- Ishizu, K., Shimoda, Y., & Ohtsuki, T. (2017). The reciprocal relations between experiential avoidance, school stressor, and psychological stress response among Japanese adolescents. *PLoS ONE, 12*(11), e0188368.
- 伊藤亜矢子・松井 仁 (2001). 学級風土質問紙の作成 教育心理学研究, *49*, 449-457.
- 伊藤亜矢子・宇佐美 慧 (2017). 新版中学生用学級風土尺度 (Classroom Climate Inventory: CCI) の作成 教育心理学研究, *65*, 91-105.
- Kashdan, T. B., Barrios, V., Forsyth, J. P., & Steger, M. F. (2006). Experiential avoidance as a generalized psychological vulnerability: Comparisons with coping and emotion regulation strategies. *Behaviour Research and Therapy, 44*, 1301-1320.
- 河村茂雄 (1999). 楽しい学校生活を送るためのアンケート Q-U (中学生用) 図書文化
- 高坂康雄 (2010). 青年期の友人関係における被異質視不安と異質拒否傾向—青年期における変化と友人関係満足度との関連— 教育心理学研究, *58*, 338-347.
- Mitmansgruber, H., Beck, T. N., & Schüßler, G. (2008). "Mindful helpers": Experiential avoidance, meta-emotions, and emotion regulation in paramedics. *Journal of Research in Personality, 42*, 1358-1363.
- 三浦正江 (2002). 中学生の学校生活における心理的ストレスに関する研究 風間書房
- 三浦正江 (2006). 中学校におけるストレスチェックリストの活用と効果の検討—不登校の予防といった視点から— 教育心理学研究, *54*, 124-134.
- Muthén, L.K., & Muthén, B.O. (1998-2015). *Mplus User's Guide. Seventh Edition*. Los Angeles, CA: Muthén & Muthén
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・丹羽洋子・森 俊夫・矢富直美 (1992). 中学生の学校ストレスの評価とストレス反応との関係 心理学研究, *63*, 310-318.
- 岡安孝弘・高山 巖 (1999). 中学生用メンタルヘルス・チェックリスト (簡易版) の作成 宮崎大学教育学部教育実践研究指導センター研究紀要, *6*, 73-84.
- Palm, K. M., & Follette, V. M. (2011). The Roles of Cognitive Flexibility and Experiential Avoidance in Explaining Psychological Distress in Survivors of Interpersonal Victimization. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 33*, 79-86.
- Sharp, C., Kalpakci, A., Mellick, W., Venta, A., & Temple, J. R. (2015). First evidence of a prospective relation between avoidance of internal states and borderline personality disorder features in adolescents. *European Child & Adolescent Psychiatry, 24*, 283-290.
- Shea, S. E., & Coyne, L. W. (2017). Reliance on experiential avoidance in the context of relational aggression: Links to internalizing and externalizing problems and dysphoric mood among urban, minority adolescent girls. *Journal of Contextual Behavioral Science, 6*, 295-301.
- 嶋田洋徳 (1998). 小中学生の心理的ストレスと学校不応答に関する研究 風間書房
- 清水裕士 (2014). 個人と集団のマルチレベル分析 ナカニシヤ出版
- 下田芳幸・石津憲一郎・大月 友 (2016). 中学生のいじめ傍観・仲裁行動と自己価値の随伴性、体験の回避、抑うつとの関連 心理臨床学研究, *33*, 602-612.
- Shimoda, Y., Ishizu, K., & Ohtsuki, T. (2018). The reciprocal relations between experiential avoidance and social anxiety among early adolescents: A prospective cohort study. *Journal of Contextual Behavioral Science, 10*, 115-119.
- 下道由佳 (2014). 中学生に対する ACT プログラムの開発研究 淑徳心理臨床研究, *11*, 1-12.
- Spinhoven, P., Drost, J., de Rooij, M., van Hemert, A. M., & Penninx, B. W. (2014). A longitudinal study of experiential avoidance in emotional disorders. *Behavior therapy, 45*, 840-850.
- 竹中晃二・富永良喜 (2011). 日常生活・災害ストレスマネジメント教育—教師とカウンセラーのためのガイド

ブッカー サンライフ企画

- Theodore-Oklota, C., Orsillo, S. M., Lee, J. K., & Vernig, P. M. (2014). A pilot of an acceptance-based risk reduction program for relational aggression for adolescents. *Journal of contextual behavioral science, 3*, 109-116.
- Timko, C. A., Zucker, N. L., Herbert, J. D., Rodriguez, D., & Merwin, R. M. (2015). An open trial of Acceptance-based Separated Family Treatment (ASFT) for adolescents with anorexia nervosa. *Behaviour Research and Therapy, 69*, 63-74.
- Venta, A., Hart, J., & Sharp, C. (2012). The relation between experiential avoidance, alexithymia and emotion regulation in inpatient adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry, 18*, 398-410.