

反すうと回避が大学生の不登校傾向に及ぼす影響

北 條 嵩 明* 藤 井 靖**

小・中の不登校児童の数は実態調査が進むにつれ増加傾向にあり、今後もより増加することが考えられる。そのため、不登校に対しての予防的アプローチや治療的アプローチが我が国では求められている。不登校には抑うつとの関連が認められており、抑うつ因子として考えられている反すうや回避にアプローチすることが不登校傾向の低減に効果があるのではないかと考えられた。本研究では、反すうと回避に着目し、大学生の反すうと回避が不登校傾向に及ぼす影響を調査した。その結果、反すうと回避が不登校傾向へ及ぼす影響は認められたが、与える影響が弱いことが示唆された。今後は反すうと回避以外の要因の検討を行うとともに、不登校傾向の対象を小学生や中学生にするなど対象年齢を広げて検討する必要がある。

キーワード：不登校，認知行動療法，RfCBT，反すう，回避

1. 問題・目的

文部科学省 (2020) よると、2020年の全国の国公立・私立の小・中の不登校児童の総数は196,127人 (前年度181,272人) であり、全児童生徒の2.05%と報告されている。さらに、1,000人当たりの不登校児童生徒数は20.5人 (前年度18.8人) で、1,000人当たりの不登校児童生徒数は、平成10年度以降最多となっている。不登校と引きこもりは連続した側面をもち、有賀 (2010) によれば、伊藤ら (2003) は、保健所・精神保健福祉センターに相談にきた引きこもり事例の33.5%が、小・中学校で不登校を経験したものであったと報告されている。そして、不登校児童の実態調査が進むにつれ不登校児童数は近年増加傾向にあり、今後も増加することが考えられる (文科省, 2019)。そのため、これらの事由の要因である不登校に対して、予防的アプローチや治療的アプローチが今後求められてくる。文部科学省 (2020) では不登校の要因の調査における本人に係る要因の分類の「無気力・不安」が、国公立の小・中学校の合計で91,886人、これは全体の46.9%で不登校の要因の分類の中で最も高い割合を占めていた。

Prabhjswamy, et al (2007) によると、29人の精神医学的診断を受けた不登校児童の63.6%がうつ病性障害で、30.3%が恐怖症であった。Fremont (2003) によると、不登校には不安や抑うつなどの精神疾患と関連してい

ることがあり、これらは学校環境によって引き起こされる特定の恐怖の回避、嫌悪する社会的状況からの脱出、分離不安、または注意喚起が含まれ、子供が家に居続けた場合は時間の経過とともにさらに回避行動が悪化する。以上の事から不登校行動において抑うつや回避が深く関連していると考えられる。

松本 (2008) によれば、伊藤・上里 (2001) は、“ネガティブな反すう” (ネガティブなことを長い間繰り返し考えること) をうつ状態の心理的要因として取り上げた。ネガティブな反すうとは、近年注目を集める“反すう (rumination)” (e. g. Martin & Tesser, 1989, 1996) の対象をネガティブなことに限定した概念である。ネガティブな反すうは、代表的な抑うつ状態の心理的要因である完全主義、帰属様式、メランコリー型性格よりも、うつ状態との関連が強いことが回顧的研究によって示され (伊藤・竹中・上里, 2001)、うつ状態の程度を予測することが示されている (伊藤・上里, 2002)。

そして、多くの研究でも不登校の回避行動にアプローチすることが有効であると明らかになっていることから、回避行動と抑うつに対する介入を可能とする反芻焦点化認知行動療法 (Rumination focused CBT: RfCBT) が効果的なのではないかと考えられる。RfCBTとは、問題理解の基本的なメカニズムを行動活性化療法 (BA) と共有し、うつや不安の発生要因でなく維持要因に着目することが特徴であり、いかに維持要因を断ち切るかを考えることが介入の軸となる。また、病理のメカニズムとして否定的な考え込み

* 明星大学大学院心理学研究科

** 明星大学心理学部心理学科

(rumination:反すう)が果たす機能に注目したアプローチを目指す方法である(梅垣ら,2013)。そして、RfCBTは行動や思考の内容ではなく、環境や文脈の中で果たしている機能に焦点を当て、文脈主義的なアプローチに則ることでクライアントが抱える様々な問題について治療・援助が可能であり、RfCBTは診断名を超えて広い適用範囲に対しての援助を可能にするアプローチであると言える(梅垣ら,2013)。このことから不登校に対してもRfCBTの介入ターゲットである反すうと回避が起因しているため、適応可能であると考えられる。しかし、日本でのRfCBTの実証研究はまだ少なく不登校傾向を対象とした研究はない。そのため、不登校に対する介入としてRfCBTを用いるためには、反すう・回避が不登校傾向に及ぼす影響を明らかにする必要があると考えられた。そこで本研究において、大学生の反すうと回避が不登校傾向に与える影響を検討することにより、RfCBTの反すうと回避に対する介入は不登校傾向がある学生に対しても有用であると示すことができると考えた。

2. 方法

2-1 調査対象

1年生から4年生の大学生160名(男性83人,女性77人)に対して調査を行った。調査対象の平均年齢は21.41歳(SD 0.93)であった。

2-2 調査方法

Googleフォームにおいて質問を作成し、集計方法もGoogleフォームを用いて1週間の集計期間を要した。

2-3 質問紙

1, フェイスシートにて性別, 年齢, 学年を求めた。

2, 不登校傾向: 大学生不登校傾向尺度(堀井,2013)の12項目を「全然あてはまらない(1点)」「あてはまらない(2点)」「ややあてはまらない(3点)」「どちらでもない(4点)」「ややあてはまる(5点)」「あてはまる(6点)」「非常にあてはまる(7点)」の7件法で求めた。

3, 反すう: Ruminative Responses Scale日本語版(以下, RRS日本語版, Hasegawa, 2013)の10項目を選択し「全くあてはまらない(1点)」「少しあてはまる(2点)」「あてはまる(3点)」「とてもあてはまる(4点)」「非常にあてはまる(5点)」の5件法で求めた。

4, 回避行動: Cognitive-Behavioral Avoidance Scale

(以下, CBAS)の31項目を筆者が担当指導教員の指導のもと翻訳し「全く当てはまらない(1点)」「やや当てはまらない(2点)」「どちらでもない(3点)」「やや当てはまる(4点)」「非常に当てはまる(5点)」の5件法で求めた。

2-4 分析方法

本実験では高群を+1SD, 低群を-1SDと設定して統計を行った。

RRS日本語版を用いて+1SD以上を高群, -1SD以下を低群に設定して独立変数とし, 大学生不登校傾向尺度を従属変数として t 検定を行った。CBASを用いて+1SD以上を高群, -1SD以下を低群に設定して, 独立変数とし, 不登校傾向尺度を従属変数として t 検定を行った。大学生不登校傾向尺度, RRS日本語版, CBASの信頼性, 妥当性を α 係数で算出した。RRS日本語版と大学生不登校傾向尺度の相関関係, CBASと大学生不登校傾向尺度の相関関係をそれぞれピアソンの積率相関係数において算出した。RRS日本語版と大学生不登校傾向尺度の因果関係, CBASと大学生不登校傾向尺度の因果関係をそれぞれ単回帰分析において算出し, 重回帰分析においてRRS日本語版とCBASとの大学生不登校傾向尺度の因果関係を算出した。

3. 結果

3-1 α 係数

大学生不登校傾向尺度の信頼性係数である α 係数が0.88であり, $\alpha > 0.80$ であると信頼性係数における内的整合性が高いといえるため, 大学生不登校尺度の内的整合性が高いことが示された。RRS日本語版の信頼性を表す α 係数が0.84であった。 $\alpha > 0.80$ であるため, RRS日本語版においても内的整合性が高いことが示された。CBASの信頼性を表す α 係数が0.9であった。 $\alpha > 0.80$ であるため, 内的整合性が高いことが示された。また, CBASの信頼性係数は0.9と特に内的整合性が高く, 用いた3つの尺度で最も高い信頼性係数の値を示した。以上の結果から, 本実験における3つの質問紙全てに信頼性が認められた(Table 1)。

Table 1
各尺度の平均値, *SD*, α 係数

	<i>M</i>	<i>SD</i>	α
大学生不登校傾向尺度	42.44	15.21	.88
RRS日本語版	23.66	8.06	.84
CBAS	77.62	19.10	.90

3-2 *t* 検定

RRS日本語版を独立変数とし、大学生不登校傾向尺度を従属変数として高群を29人 ($M = 52.45, SD = 15.59$), 低群を20人 ($M = 34.10, SD = 9.89$) で *t* 検定を行った結果, ($t = -4.65, df = 47, p < .01$) であったため 1% 水

準で有意な差が認められた。そのため、反すう得点で高い値を示した高群は反すう得点で低い値を示した低群よりも大学生不登校傾向尺度の得点においても高い値を示したといえる (Table 2, Figure 1)。

Table 2
反すうと不登校傾向の *t* 検定

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
高群	29	52.45	15.59	-4.65	47	< .01
低群	20	34.10	9.89			

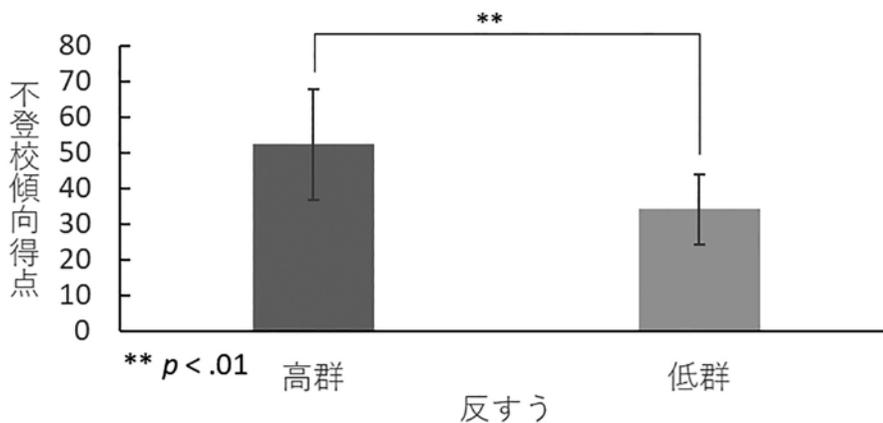


Figure 1. 反すうと不登校傾向の *t* 検定

CBASを独立変数とし、大学生不登校傾向尺度を従属変数として高群を25人 ($M = 51.96, SD = 17.60$), 低群を28人 ($M = 36.11, SD = 12.11$) で *t* 検定を行った結果, ($t = -3.85, df = 51, p < .01$) であったため 1% 水準で有意な差が認められた。このことから、CBASにおいても得点

の高い群が得点の低い群よりも大学生不登校傾向尺度においても高い得点であることが示された。以上の *t* 検定の結果から、RRS日本語版、CBASともに得点が高いと大学生不登校傾向尺度の値も高くなるといえる (Table 3, Figure 2)。

Table 3
回避と不登校傾向の t 検定

	N	M	SD	t	df	p
高群	25	51.96	17.60	-3.85	51	< .01
低群	28	36.11	12.11			

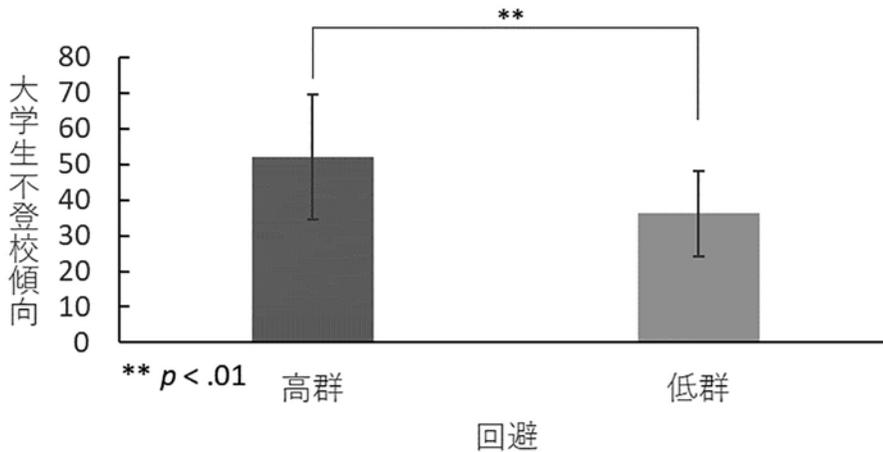


Figure 2. 回避と大学生不登校傾向の t 検定

3-3 ピアソンの積率相関関係数

RRS日本語版と大学生不登校傾向尺度の相関関係をピアソンの積率相関関係数を求めた結果、($t = 4.76$, $df = 158$, $p < .01$)であったため、1%水準で有意であった。ピアソンの積率相関関係数は ($r = .35$)であった

ため、正の相関関係があるといえる。信頼区間が (95%CI: .21-.48)であったため、信頼区間の下限.21-上限.48が相関関係における信頼区間である。しかし、($0.2 < |r| \leq 0.4$)であったため、低い正の相関であることも認められた (Figure 3)。

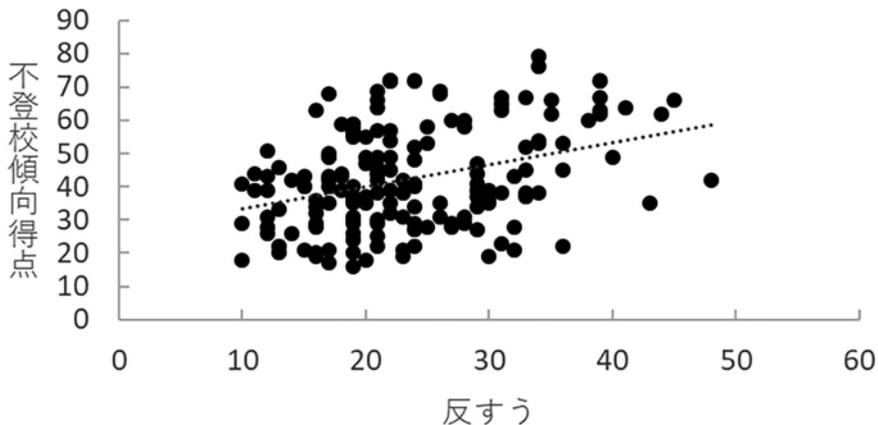


Figure 3. 反すうと不登校傾向の相関図

CBASと大学生不登校傾向尺度の相関関係をピアソンの積率相関係数を求めた結果、($t = 4.50, df = 158, p < .01$)であったため1%水準で有意であった。ピアソンの積率相関係数は($r = .34$)であったため、正の相

関関係があるといえる。信頼区間が(95%CI: .19-.47)であることから、下限.19-上限.47間が相関関係における信頼区間である。こちらも、($0.2 < |r| \leq 0.4$)であったため、正の相関は低いことも認められた(Figure 4)。

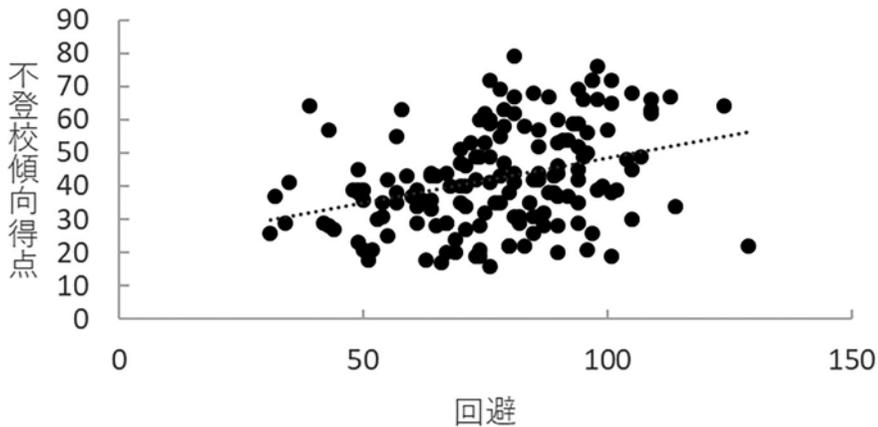


Figure 4. 回避と不登校傾向の相関図

以上のピアソンの積率相関係数の結果から、RRS日本語版と大学生不登校傾向尺度とCBASと大学生不登校傾向尺度はともに1%水準の有意が認められた

が、どちらもピアソンの積率相関係数が($0.2 < |r| \leq 0.4$)を示したため、相関関係はやや弱いといえる(Table 4)。

Table 4
反すうと不登校傾向, 回避と不登校傾向の相関

	<i>N</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	95%CI
反すう	160	4.76	158	< .01	.35	.21-.48
回避		4.50				

3-4 単回帰分析

単回帰分析の結果、大学生不登校傾向尺度に対するRRS日本語版の決定係数は($R^2 = .12$) ($F(1, 158) = 22.65, p < .01$)であったため1%水準で有意であった。また説明変数の標準回帰係数は($\beta = 0.67, p < .01$)であったため1%水準で有意であった。しかし、決定係数が低いため、大学生不登校傾向尺度に対するRRS日本語版の影響を説明するのには弱いといえる。

単回帰分析の結果、大学生不登校傾向尺度に対するCBASの決定係数は($R^2 = .11$) ($F(1, 158) = 20.21, p < .01$)であったため1%水準で有意であった。また説明変

数の標準回帰係数は($\beta = 0.27, p < .01$)であったため1%水準で有意であった。しかし、決定係数が低いため、大学生不登校傾向尺度に対するCBASの影響を説明するのには弱いといえる。RRS日本語版の決定係数($R^2 = .12$)とCBASの決定係数($R^2 = .11$)を比較すると差はほとんどないが、RRS日本語版の標準回帰係数($\beta = 0.67, p < .01$)とCBASの標準回帰係数($\beta = 0.27, p < .01$)を比較するとRRS日本語版の標準回帰係数が高い数値を示していることから、CBASよりRRS日本語版が大学生不登校傾向尺度に対する説明にやや多く影響しているといえる(Table 5)。

Table 5
反すう、回避と不登校傾向間の単回帰分析

	<i>N</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>	<i>R</i> ² <i>p</i>	<i>β</i>	<i>βp</i>
反すう	160	.12	22.65	<.01	.67	<.01
回避		.11			20.21	

3-5 重回帰分析

重回帰分析の結果、大学生不登校傾向尺度に対するRRS日本語版とCBASの決定係数は ($R^2 = .18$) ($F(2, 157) = 17.94, p < .01$)であったため、1%水準で有意であった。またRRS日本語版の標準回帰係数は ($\beta = 0.53, p < .01$)で、CBASの標準回帰係数は ($\beta = 0.20, p < .01$)で、RRS日本語版とCBASそれぞれ1%水準で有意であった。しかし、決定係数が低い値を示しているため、大学生不登校傾向尺度に対するRRS日本語版とCBASの影響が低いといえる。しかし、単回帰分析と

比較すると、決定係数 ($R^2 = .18$) がやや高くなっているため、RRS日本語版とCBASの単回帰分析より大学生不登校傾向尺度に対する影響が高いといえる。さらに、RRS日本語版とCBASの2つの予測変数を含めたモデルのAIC(赤池情報量基準)がRRS日本語版とCBASを単体で予測変数にしたモデルのAICよりも低い値であったことから、RRS日本語版とCBASの2つの予測変数を含めたモデルの方がRRS日本語版とCBASを単体で予測変数にしたモデルよりも適していると判断できる (Table 6, Figure 5)。

Table 6
反すう、回避と不登校傾向間の重回帰分析

	<i>N</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>	<i>R</i> ² <i>p</i>	<i>β</i>	<i>βp</i>	AIC
反すう	160	.18	17.94	<.01	.53	<.01	852.64
回避					.20		854.82

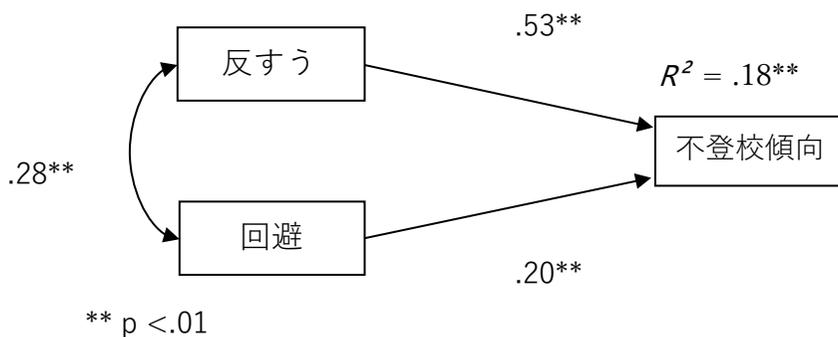


Figure 5. 大学生不登校傾向に対する反すうと回避の重回帰分析の結果 (パス図)

4. 考察

本研究では、大学生の反すうと回避が不登校傾向に及ぼす影響を調査することを目的とした。結果から、

反すうと回避は共に不登校傾向に影響を与えているが、決定係数が低いため、説明するには限界がある。そのため、説明する要因としては不足していたと考えられる。

大学生不登校傾向尺度の信頼性を表す α 係数において0.88の値が示されたため内的整合性が高いと言える。そして、内的整合性が高かったことから尺度の信頼性が認められ、尺度の項目を正確に測定できていたと考えられるため、大学生不登校傾向尺度（堀井, 2013）の質問項目の妥当性が本調査においてもあったと考えられる。

RRS日本語版においても信頼性を表す α 係数に0.84の値が示されたため内的整合性が高いと言える。そして内的整合性が高かったことから尺度の信頼性が認められ、尺度の項目を正確に測定できていたと考えられるため、RRS日本語版（Hasegawa, 2013）の質問項目の妥当性が本調査においてもあったと考えられる。以上のことから、大学生不登校傾向尺度とRRS日本語版の2つの尺度においては信頼性、妥当性がともに認められるといえる。

CBASの信頼性を表す α 係数において0.9の値が示されたため内的整合性が高いと言える。内的整合性が特に高く、本研究に用いた3つの尺度において最も高い信頼性が認められたことから、和訳した英語の質問項目を正確に測定できていたと考えられる。しかし、CBASは筆者が担当指導教員の指導のもと英語の質問項目を和訳したため、妥当性まで認められるとは言い切れないことから、日本語版の検討を行うことが課題として求められる。

相関関係、因果関係ともに関係は有意な値として認められたが、認められた値が双方ともに低い値であったため、RRS日本語版とCBASが大学生不登校傾向尺度に影響を与えていることは認められたが、決定係数が低いため、RRS日本語版とCBASのみで大学生不登校傾向尺度を説明するには限界がある。そのため、RRS日本語版とCBAS以外の要因があると考えられる。

反すうを測定するRRS日本語版を高群、低群に分けて t 検定を行った結果、1%水準で有意な差が認められたため、反すうが高い群は反すうの低い群より不登校傾向が高いことが示された。また、回避を測定するCBASを高群、低群に分けて t 検定を行った結果、こちらも1%水準で有意な差が認められたため、回避が高い群は回避の低い群より不登校傾向が強いことが示された。これらのことから、反すう、回避の値が高いと大学生の不登校傾向も高くなり、反すう、回避の値が低いと大学生の不登校傾向も低くなると考えることができる。

しかし、ピアソンの積率相関関係数の結果から、

RRS日本語版と大学生不登校傾向尺度の相関関係が1%水準で有意でピアソンの積率相関関係数は ($r = .34$) であったため、正の相関関係があるといえる。したがって、反すうと不登校傾向に正の相関関係があることが示された。しかし、($0.2 < |r| \leq 0.4$) であったため、相関関係は低い正の相関でもあるといえる。また、CBASと大学生不登校傾向尺度の相関関係が1%水準で有意でピアソンの積率相関関係数は ($r = .34$) であったため、正の相関関係があるといえる。つまり、回避と不登校傾向に正の相関関係が示された。しかし、こちらにおいても、($0.2 < |r| \leq 0.4$) であったため、相関関係は低い正の相関でもありと考えられる。これらのことから、RRS日本語版と大学生不登校傾向尺度、CBASと大学生不登校傾向尺度はともに相関関係はあるが、その相関は低い相関であると考えられる。

以上の結果から、本研究の目的である大学生の反すうと回避が不登校傾向に対して与える影響については、影響はしているが、その影響は低いことが単回帰分析の結果、明らかになった。そして、重回帰分析を行った結果、単回帰分析より決定係数の値は上がっており、AIC（赤池情報量基準）の値から、RRS日本語版とCBASの2つの予測変数を含めたモデルが単体で説明するよりも良いと判断できる。しかし、重回帰分析の結果においても決定係数の低さから、反すう・回避が不登校傾向に与える影響は弱いことが示唆された。

今後は反すうと回避以外の要因の検討を行うとともに、不登校傾向の対象を小学生や中学生にするなど対象年齢を広げて検討する必要がある。先行研究で述べられていた不登校への反すうと回避の影響は有意な差が認められたが、本研究の影響は低かったことから、本研究では大学生不登校尺度を使用していたため、大学生のみの不登校傾向については説明に限界があるが、小学生、中学生、高校生と対象を変えた場合に反すうと回避が不登校傾向に強い影響を示す可能性もあると考えられる。さらに、不登校傾向尺度において1SD以上の値を取ったとしても、大学のクラスがなく欠席に対するハードルが低い中で一定以上の出席による単位取得という形態から不登校ではなく、勉学に積極的ではない人の得点が高くなっている可能性を考慮する必要がある。これらを念頭におくと、今後は義務教育である小学生、中学生と基本的にすべての子供が当てはまる学生段階において測定すると反すうと回避により不登校傾向の説明が可能になる可能性がある。すべての児童が通る義務教育の段階を対象とす

ることが、受験、専門性、学校の特質による偏りのない広域的な傾向が見て取れるのではないかと推察する。影響を与えていることは本研究において示されたため、決定係数の数値が高くなれば不登校傾向に対する説明が可能であり、因果関係と相関関係が独立変数で説明可能なレベルで強い影響を与えられると考えることができる。そして、説明可能なレベルで強い影響が明らかになることで、将来、RfCBTが不登校に対する介入として有効性があることを示す根拠の1つとなり得ることが期待される。

5. 引用文献

- Fremont, WP. (2003). School refusal in children and adolescents. *American Family Physician*, 68, 1555-1560.
- Hasegawa, A. (2013). Translation and initial validation of the Japanese version of Ruminative Responses Scale. *Psychological Reports*, 112, 716-726.
- 堀井 俊章 (2013). 大学生不登校尺度の開発. *学生相談研究*, 33, 246-258.
- 松本 麻友子 (2008). 反すうに関する心理学的研究の展望-反すうの軽減に関連する要因の検討. *名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要*, 心理発達科学 55, 145-158.
- 文部科学省 (2019). 平成30年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査. https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1302902.htm (2022年2月18日)
- 文部科学省 (2020). 令和2年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査. https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1302902.htm (2022年2月18日)
- 文部科学省 (2012). 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査-用語の解説. https://www.mext.go.jp/b_menu/toukei/chousa01/shidou/yougo/1267642.htm (2022年2月18日)
- Prabhswamy, M., Srinath, S., Girimaji, S. et al. (2007). Outcome of children with school refusal. *Indian J Pediatr*, 74, 375-379.
- 高垣 耕企・岡島 義・国里 愛彦・中島 俊・シールズ 久美・金井 嘉宏・石川 信一・坂野 雄二 (2011). Cognitive-Behavioral Avoidance Scale (CBAS) 日本語版の作成. *精神科診断学*, 4, 104-113.
- 梅垣 佑介・野津 弓起子・高柳 めぐみ・羽澄 恵・堤 亜美・遠藤 麻美・下山 晴彦 (2013). Rumination-focused CBTの紹介—新しい認知行動療法の理論と応用—*東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース紀要*, 36, 17-24.

The Effects of Rumination and Avoidance on College Students' Tendency to Leave School

TAKAAKI HOJO (GRADUATE SCHOOL OF PSYCHOLOGY, MEISEI UNIVERSITY)

YASUSHI FUJII (SCHOOL OF PSYCHOLOGY, MEISEI UNIVERSITY)

MEISEI UNIVERSITY THE BULLETIN OF PSYCHOLOGICAL STUDIES, 2022, 40, 23—31

The number of school absenteeism children in the Japanese elementary and junior high school has been on the rise as surveys of the actual situation have progressed, and is concerned to increase in the future. Therefore, preventive and therapeutic approaches to the school absenteeism are needed in Japan. Since school absenteeism has been found to be associated with depression, it was thought that approaching rumination and avoidance, which are thought to be factors of depression, might be effective in reducing the tendency to school-absenteeism. In this study, we focused on rumination and avoidance and investigated the effects of rumination and avoidance on the tendency not to attend school among college students. As a result, it was found that rumination and avoidance had an effect on the tendency not to attend school, however the effect was weak. In the future, it is necessary to examine factors other than rumination and avoidance, as well as to expand the age range of the target group of school absenteeism, tendency to include elementary school and junior high school students.

Key Words : school absenteeism, cognitive behavioral therapy, RfCBT, rumination, avoidance