

連携提案: 子どもの不安症に対する認知行動療法に関する研究と支援  
を行うネットワークづくり

キーワード: 子ども, 不安, 心理的支援, 行動変容, 認知行動療法, メタ認知療法, 中1ギャップ

臨床・健康教育学系

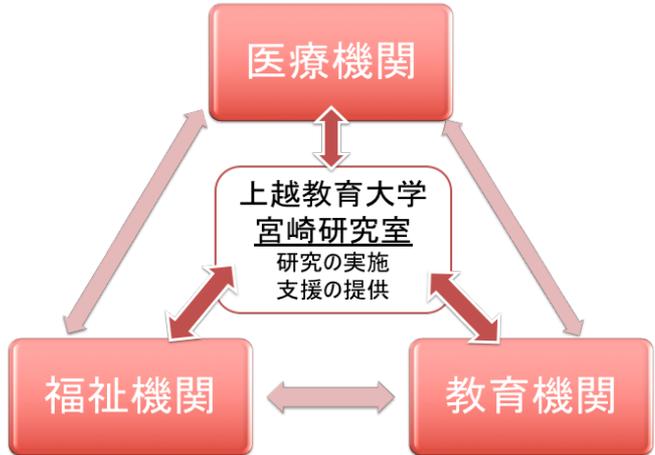
宮崎 球一 (MIYAZAKI Kyuichi)

連携提案内容と効果

背景

子どものメンタルヘルスの問題の1つとして「不安」があります。不安症と診断されていたり、受診していても強い不安をもつ子どもは、日常生活において必要な行動をうまくとれず、不適応状態に陥ることがあります。また小学校で、「特別な対応が必要なわけではないがちょっと気になる」というレベルで不安が強い児童でも、中学での様々な環境の変化によって、問題が顕在化する場合があります。

現在、子どもの不安に対する心理的支援は、スクール・カウンセラーか医療機関が担っています。しかし、専門的な支援が十分に提供されておらず、特に学校においては定期的に話しを聞くことが中心で、生活上の行動の変化まで繋げることが難しい場合があります。



連携の内容

子どもの不安に対する支援体制を確立するために、医療・教育・福祉機関と連携して、①子どもの不安の維持メカニズムを調べる基礎的な研究と、その結果に基づいて②心理的支援(認知行動療法)を行うためのネットワークをつくります。

不安症や不安が強い子どもを対象として、心理学的な不安の維持メカニズムの解明を目的とした研究を進めつつ、各機関と連携して認知行動療法を中心とした支援を提供する。

アピールポイント

- 本連携の結果として、以下の結果が見込めます。
- (1) 上越・中越地域で、不安症をもつ子どもに認知行動療法を提供できるシステムをつくります。
  - (2) 不安が高く学校生活に困難さがある子どもに対して支援を行う選択肢が増えます。

連携したい分野

- ① 不安症をもつ子どもに対する認知行動療法の研究に関心がある医療機関
- ② 不安症をもつ子どもへ支援を提供することに関心がある教育・福祉機関

研究テーマ: ①子どもの不安に対する心理学的支援, ②学校におけるポジティブ行動支援

プロフィール	専門分野	子ども, 認知行動療法, 応用行動分析
昭和60年岩手県生まれ。2016年12月まで早稲田大学人間科学学術院で助手, 2017年1月から上越教育大学で助教。2017年4月から現在まで, 新潟県のカウンセラーとして, 小中学校と高校で活動(公認心理師, 臨床心理士)。	主な研究内容	(1) 小中学校におけるポジティブ行動支援の提供 (2) 子どもの不安に対する心理療法(認知行動療法)を提供することを旨とした基礎・応用研究 (※2020年4月より新たに開始)
関連URL	<a href="https://www.juen.ac.jp/cp/">https://www.juen.ac.jp/cp/</a>	

関連する業績等

- ・飯島有哉・松野航大・宮崎球一・根建金男 (2017). 中学生の学校ストレスにおける認知的評価・コーピングに対するマインドフルネスの調整効果 認知療法研究, 11, 53-63.
- ・宮崎球一, 宮澤敬子, 根建金男 (2019). メタ認知療法モデルによる母親の育児不安の理解 不安症研究, 7, 83-91.
- ・上越子ども支援プロジェクト: 上越地域の学校から支援を依頼を受けて, 児童生徒の支援を学校内で実施している (2019年度は「上越市上越市地方創生推進事業」として実施)。
- ・スクールカウンセラーの活動の中で, 不安が強い子どもを対象とした認知行動療法を実施した経験多数

お問い合わせは, 宮崎研究室 kyuichi@juen.ac.jp