

2020年度大学コンソーシアムとちぎ「大学を超えた共同研究支援事業」報告書

所 属 機 関 名	作新学院大学
団体・グループ等名	日本カウンセラー教育研究会
研究代表者名 (所属部署)	田所 摂寿 (人間文化学部 教授)
研究連携担当者名	関本均 (宇都宮大学農学部 教授・石井宮っ子ステーション 総合顧問) 菊池真巳 (石井宮っ子ステーション 総合副会長・ 子どもの家ひまわりメイト 支援員主任) 菊池平莉 (石井宮っ子ステーション子どもの家ひまわりメイト 特別支援員)
研究連携校名	作新学院大学 宇都宮大学
関連自治体・経済 団体等名	石井宮っ子ステーション 子どもの家 ひまわりメイト

1. 研究事業名	新型コロナウイルス感染症影響下における学童保育児童および保護者のメンタルヘルスに関する研究
2. 実施年度	令和2年度(2020年度)
3. 研究成果等	【研究の目的】 この1年はまさに新型コロナウイルス感染症(COVID-19)に翻弄された年であった。いや、今現在も第5波が襲来し(2021年8月現在)、東京および大阪の大都市圏では緊急事態宣言が発出されている。この1年は「リモートワーク」や「リモート会議」という言葉が急速に広まったように、自宅に居ながらして仕事を行うことが普及してきた。一方でエッセンシャルワーカーをはじめとして、仕事に行かざるを得ない人々は多く存在する。こうした家庭の子どもは家庭で過ごすのではなく、学童保育に預けられ、いつもの年と変わらぬ生活を過ごしている。COVID-19が子どもたちに対して大きなストレスを与えるのと同時に、保護者にも同様の生活制限を強い、多くのストレスを与えている。新聞報道によると子どもがいる家庭の方がCOVID-19による失業率が多く、生活が困窮している実態が明らかになっている。子どもを抱えながら仕事を行うことの困難さをこれほど感じる時代はいまだかつてないだろう。研究Ⅰでは、COVID-19によりさまざまな影響を及ぼしている親、特に学童保育に子どもを預けている保護者に焦点を当て、これらの保護者のメンタルヘルスについて検討することを目的とした。さらに研究Ⅱでは、学童保育に児童に対しても質問し調査を行い、COVID-19の影響について把握することを目的とした。 【研究Ⅰの方法】 (1) 調査対象 北関東の学童保育に子どもを通わせる保護者(母親)28名を対象とした。 (2) 調査時期 2020年7月27日～2020年8月1日 (3) 調査方法 対面によるインタビュー調査を行った。 (4) 調査内容 COVID-19による子どもへの影響および保護者のストレス状況について、学童指導員が保護者の相談に乗るといった形で聞き取り調査を行った。 【研究Ⅰの結果と考察】 (1) 子どもの心身と体調変化に関する不安 「頭痛や腹痛の訴えが増えており、新型コロナ感染症に伴う不安と安易に外来診療に行けない状況への不安、対応がわからないことへの不安。」 「不機嫌な日が増え、攻撃的な言動も増えた。学校や学童でトラブルにならないか、あるいはトラブルになっていないか心配。」 (2) 子どもの生活習慣に関する不安 「睡眠・生活リズムがなかなか整わない(休校中、寝るのも起きるのもおそくなり、学校再開

後は授業中や放課後に寝てしまうことがある)

(3) ゲーム・動画

「ゲームをやらせなければ、友達についていけずいじめの対象にならないかの不安。」

「動画を見続けていることで、無気力な状態になっているのではないかと不安。」

(4) 家出の行動

「イライラしていることが増え、注意した結果、自分で髪の毛を切った。感情のコントロールが難しい。」

「コロナウイルス感染症を気にするあまり、人に対してマスク、手洗いなどの過度の押し付けをしてしまい、トラブルになる。」

(5) 学校への行き渋り

「学校再開時より学校へ行けない状態が続き、母親が送ってくることが増えた。無理やり学校へ連れて来てても教室に入ることができず、保健室登校が続いている。」

(6) 社会性・対人面

「外出できない、友達に会えないなどの愚痴をこぼすことが増えた。このままでは友達とのコミュニケーションが上手くとれるのか、また、子どもの成長に影響がないのか心配。」

保護者のメンタルヘルスに悪影響を与えている要因は、今回の調査で明らかになったこととして2つある。1つ目はCOVID-19の影響を受け不安定になっている子どもへの不安である。特に外へと遊びに行けない状況において、自宅においてゲームやYouTubeなどの動画に費やす時間が増えている。これはある意味仕方ないことではあるが、保護者としては不安なことである。2つ目としては、こうした子どもたちとどう接することが保護者として望ましいのかという点である。これら2点について本研究では質的な考察を行い、保護者のメンタルヘルスについてまとめた。

【研究Ⅱの方法】

1. 対象者：1小学校、学童保育児童82名(1～6年生)

2. 調査時期：2020年8月～

3. 調査内容

(1) リサーチクエスチョン

①学童を利用する児童が新型コロナウイルス感染症により受けているストレスの実態とは何か。②新型コロナウイルス感染症の影響下における児童に対するメンタルヘルスの具体的方策は何か。

4. 調査方法

子どものためのストレス反応尺度の作成において用いたストレス反応尺度は、身体的症状、睡眠、気分、学校、家、認知・行動に関する41項目から成り、回答は、「ない」「すこしある」「ある」「わからない」の4件法で求めた。項目はこれまでの子どものストレス反応に関する先行研究をもとに作成した。

5. 教育的実践(低学年、高学年別)

(1) 新型コロナウイルス感染症を正しく学ぶ

(2) ストレスマネジメント

(3) アサーショントレーニング

本研究では主に3教室を担当する支援員と心理の専門家とで児童とストレス状態について情報・意見交換を行い、それに基づいて介入を行った。

【研究Ⅱの結果と考察】

本研究は、学童保育利用児童の新型コロナウイルス感染症の影響によるストレス反応の評価と、ストレス軽減の方策としての一連の介入アプローチの効果を検討するため実施した。

子どものためのストレス反応尺度において用いたストレス反応では、身体的症状においては「頭がいたくなる」、睡眠においては「夜中に目がさめることがある」「朝、起きるのがつらい」の2項目、気分においては「なぜかいらいらしてしまう時がある」、学校に関しては「朝、学校へ行きたくないと思うことがある」、家に関しては「テレビやゲームで遊んでいることが多い」、認知・行動に関しては「みんなにどう思われているのか気になる」でもっとも得点が高かった。このため、訴える身体症状が怠け等によるものではなくストレス性のものである可能性を考慮し、ストレスマネジメントのなかでストレスコーピング、自分のストレスになることとその対処についての理解といった働きかけを行った。また、アサーティブに自分の気持ちを伝えるトレーニングを低学年・高学年にわけてそれぞれに実施した。実施以降、支援員から児童の対人関係トラブルの減少や解決がやや容易になったことが報告された。実施にあたって事前調査において得点の高かった児童にはより専門性の高い介入を行った結果、問題行動の減少が報告され、集団での行動に抵抗感が強かった児童が徐々に参加できるようになったことも挙げられた。

最後に、今後の研究の課題として作成したストレス反応尺度を用いてコロナウイルス感染症

	の影響下におけるストレスの種類、程度変化等を評価、検討を行っていくことが挙げられる。本研究では児童のストレスについてある程度改善がみられたが、健康の維持について明らかではなく、今後の継続した検討も課題である。 【成果発表（学会発表）】 ➢ 田所摂寿・菊池真己・菊池平莉・日野宜千（2021）新型コロナウイルス感染症影響下における学童保育保護者のメンタルヘルスに関する研究 日本カウンセリング学会第53回大会発表論文集。【栃木県宇都宮市・栃木県支部会 8月7・8日】 ➢ 菊池真己・菊池平莉・田所摂寿・日野宜千（2021）新型コロナウイルス感染症影響下における学童保育児童のメンタルヘルスに関する研究—学童保育児童の支援活動を通して— 日本カウンセリング学会第53回大会発表論文集。【栃木県宇都宮市・栃木県支部会 8月7・8日】
4. 今後の課題及び 発展性	研究Ⅰについては以下の今後の課題が挙げられた。 (1) 不安やストレス反応の変化を察知すること 今回はCOVID-19が始まって約半年後の聞き取り調査の結果である。今後人々の不安やストレス反応はさまざまに変化していくことが想定されている。状況によって保護者の不安も変化していく。こうした変化に直ちに対応すべく緊密な関係を常に持つておくことが学童には求められている。 (2) 保護者の反応を客観的指標で捉えること 今回は保護者からの聞き取り調査という形でCOVID-19からの影響をまとめた。しかしながら発生から約1年半以上を経過した現在でも、COVID-19は現在進行系で人々に影響を及ぼしている。質的なデータを継続的に積み上げていくことも大切である。一方で客観的な指標によって評価された結果を比較検討することで見えてくるものもあると思われる。ストレス尺度やストレスコーピング尺度等既成の尺度を用いた保護者の心理的状態を捉え、これらに対応すべき対策を検討していくことも今後の検討課題である。 「自分のことが好きではない」、「自分のことが好きかきらいかわからない」と回答した児童について、新型コロナウイルス感染症の影響のほかに、児童本人の気質や特徴、家庭環境の影響についても考慮する必要がある。 さらに研究Ⅱにおいては以下の課題が挙げられた。 ➢ 「自分のことが好きではない」、「自分のことが好きかきらいかわからない」と回答した児童について、新型コロナウイルス感染症の影響のほかに、児童本人の気質や特徴、家庭環境の影響についても考慮する必要がある。 ➢ 作成したストレス反応尺度を用いて新型コロナウイルス感染症の影響下におけるストレスの種類、程度変化等の評価、検討を行う。 ➢ 児童のストレスについてある程度改善がみられたが、健康の維持について明らかではなく、今後の継続した検討が必要である。 ➢ 健康の維持という点において、身体的症状の得点が高い児童に対し、行動療法や認知行動療法の観点から支援を行い、改善の程度や持続性について検討する。支援の内容については吟味する。 ➢ テレビやゲーム、動画視聴の時間が増加した可能性について、別途調査を行う。それぞれのコンテンツについて、児童がどの程度の時間利用しているのか、どのような内容のものに触れているのか、それらによる影響はどういったものかについても調査を行うべきである。 COVID-19は2021年現在、未だ収束の見通しが立たない現状にある。このような長年に渡る生活の制限や変化を求められることは、生活人全体に対する影響が大きい。特に子どもは変化に敏感であり、さまざまな変化を呈しやすい。このような変化を早期に察知し、子どもに加えて保護者への支援を行っていくことが今後の最大の課題であると思われる。たとえ収束に向かったとしても、この自粛生活の影響は長く続いていく。この点を踏まえた上でさらなる支援や心理教育の可能性を探っていくことが求められている。