

## ソーシャル・エモーショナル・ヘルス・サーベイ (SEHS)を用いた 学校全体メンタルヘルススクリーニングとは

飯田順子

筑波大学人間系・附属学校教育局

公認心理師・学校心理士スーパーバイザー



## 1. 学校全体メンタルヘルススクリーニング

メンタルヘルスの定義「個人の潜在能力の実現、通常の生活ストレスに対処する能力、生産的に働く能力、コミュニティへの貢献からくるウェルビーイングの状態」(Cane & Oland, 2015)。

メンタルヘルスの問題は、子どもや青少年の25%に及ぶほど多くの若者に影響を与えているという報告もある(Singletary et al., 2015)。

メンタルヘルスの問題は、発達の多くの側面に影響を与え、個人の現在および将来に多大な影響を及ぼす。

海外の先行研究では、青年のメンタルヘルスが、学業成績、高校卒業、社会参加、平均寿命、就業率、物質使用、自殺、犯罪の予測と関連することが示されている(Bains & Diallo, 2016; Cane & Oland, 2015)。

## 1. 学校全体メンタルヘルススクリーニング ～子どものメンタルヘルスの専門職にまつわる状況～

子どものメンタルヘルスに対応する専門職は、欧米ではスクールカウンセラー(以下、SC)やスクールサイコジストが配置されている。

日本でも1995年にSCの活用調査委託事業が始まり、2008年にSSW事業が始まっている。

学校における教員以外の職員の配置率: 日本18%, 米国44%, 英国49%, MEXT, 2016)という現状であり、子どもの“うつ”や“不安”を始めとするメンタルヘルスの問題に十分に対処できているとは言えない。

このような現状の中、学校では子どものうつや不安に気づくことができず、医療につながらない現状があり、子どものメンタルヘルスの問題が過小評価されている。

2004年に傳田他(2004)の医療チームで学齢期におけるうつ病の発生率の調査がなされ、うつ病と診断されるレベルの子どもが2.6%、うつ状態まで含めると13.0%という報告がなされ、大きく注目された。

## 2. 日本の子どものメンタルヘルスと自尊感情

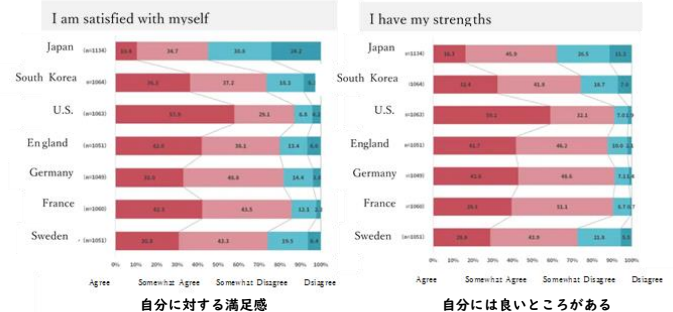


Figure 3 International Comparison on the Attitudes of Youth and Young Adults  
(Cabinet Office, 2019)

### 3. 日本の学校における 学校全体メンタルヘルススクリーニング (MHS)

Q-U(河村・田上, 1997)

アセス (栗原・井上, 2013; 2019)

i-check(東京書籍)

SDQ (子どもの強さと困難さアンケート)

<https://ddclinic.jp/SDQ/aboutsdq.html>

メンタル面の不調と、  
行為の問題、多動・  
不注意、仲間関係の  
問題をとらえること  
ができる。教師、親、  
自己記入式がある。

### 4. 欧米のメンタルヘルススクリーニングの実践(I) —Social Emotional Health Survey—

米国でユニバーサルスクリーニングに用いられている  
子どもの強みの測定法のひとつに、Social Emotional  
Health Survey (以下、SEHS; Furlong et al., 2014)  
がある。米国でもMHSが行われているのは一部の地域。

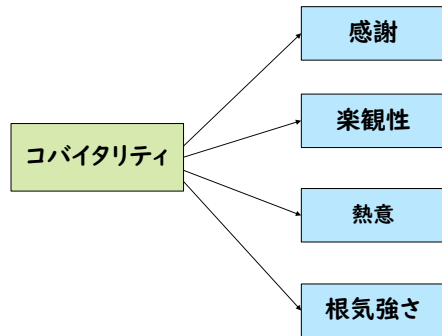
この尺度は、学校段階に応じて、小学生版 (SEHS-P;  
Furlong et al., 2014)、中学生版 (SEHS-S)、大学等  
高等専門機関版 (SEHS-HE) の3種類がある。

Covitalityという考え方に基づいている。



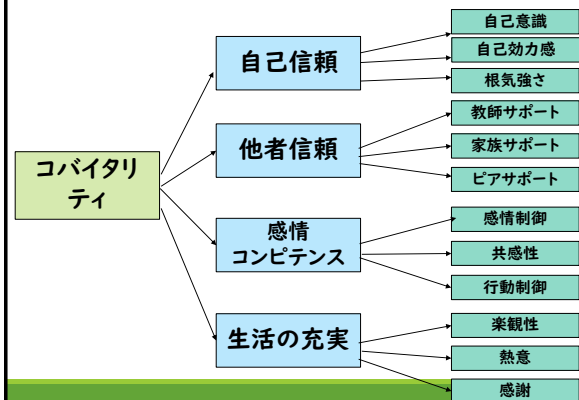
**Covitality**  
「複数のポジティブな心理的構成要素間の相互作用によって生じるポジティブな精神的幸福の相乗効果」 (Renshaw et al., 2014, p.14)。ポジティブ心理学の要素 (例: 希望) や感謝の気持ちは、単独で効果を発揮するわけではなく、複数の肯定的要素は相乗効果をもたらす。Covitality (共起性) という用語は、個々の心理的強みの相乗効果を表すもの。

#### 小学生版のSEHSの構成要素



<https://sehs.jp/about-sehs/>

#### 中高生版のSEHSの構成要素



*“The Whole is greater than the sum of its parts”  
Aristotle*



質問2 学校生活や自分自身について

	次のごことはどのくらいあなたに当てはまると思われますか？ 当てはまるものに○をつけてください。	当てはまら ない	やや 当てはま る	少し 当てはま る	当て はまる	当て はまる よくなる	
1	何かトラブルがあっても解決できる	1	2	3	4	5	6
2	がんばれば、たいがい何でもなしにげられる	1	2	3	4	5	6
3	得意なことはたくさんある	1	2	3	4	5	6
4	得意や得意なことがある	1	2	3	4	5	6
5	したいことや、なぜそれをしていけが分かっている	1	2	3	4	5	6
6	自分の気分や気持ちが変わる	1	2	3	4	5	6
7	わからないことがあると、分からず程度も先生に聞く	1	2	3	4	5	6
8	授業中は、聞かれたことにすべて答えるようにしている	1	2	3	4	5	6
9	宿学の課題を解くときには、解るまでやめない	1	2	3	4	5	6
10	学校には、いつも自分がベストをつくせるように勉強してくれる先生や他の大人がいる	1	2	3	4	5	6
11	学校には、私が欲しいことがあるときに聞いてくれる先生や他の大人がいる	1	2	3	4	5	6
12	学校には、自分の成功を褒めてくれる先生や他の大人がいる	1	2	3	4	5	6
13	あなたの家庭はお互いに助け合っている	1	2	3	4	5	6
14	あなたの家庭には一休(一休という感覚)がある	1	2	3	4	5	6
15	あなたの家庭はお互いに仲が良い	1	2	3	4	5	6

SEHS調査内容

16	自分のことを心配してくれる同年代の友人がいる	1	2	3	4	5	6
17	私の顔について話してくれる同年代の友人がいる	1	2	3	4	5	6
18	学校に好きなことができる同年代の友人がいる	1	2	3	4	5	6
19	自分の行動には責任をとる	1	2	3	4	5	6
20	間違えたときには認める	1	2	3	4	5	6
21	「ノー」と言うのにも勇気を持ってそれを受け入れられる	1	2	3	4	5	6
22	気持ちが悪くない人いると気が引ける	1	2	3	4	5	6
23	他人が困っているとき、気持ちを整理して助けようとする	1	2	3	4	5	6
24	他人がどう感じたり考えたりしているかを理解しようとする	1	2	3	4	5	6
25	いいこと、それができるようにまで待てる	1	2	3	4	5	6
26	人がしやうにしているとき、待てる	1	2	3	4	5	6
27	行動する前に考える	1	2	3	4	5	6
28	毎日面白いことかきと聞いている	1	2	3	4	5	6
29	いつか今日はいい日になると思う	1	2	3	4	5	6
30	だいたい、悪いことかきと聞いていると多くかきと聞いている	1	2	3	4	5	6
31	学校でいじめられている	1	2	3	4	5	6
32	中立的な気持ちにあらわれている	1	2	3	4	5	6
33	今や私に落ちている	1	2	3	4	5	6
34	昨日から今日までの間に、心から泣きかきと聞いていることがあった	1	2	3	4	5	6
35	昨日から今日までの間に、心から泣きかきと聞いていることがあった	1	2	3	4	5	6
36	昨日から今日までの間に、悲観することがあった	1	2	3	4	5	6

質問3 心身の健康について

	次のごことはどのくらいあなたに当てはまると思われますか？ 当てはまるものに○をつけてください。	な い 当て はま ら	少 し 当て はま る	や や 当て はま る	当て はま る	ほと んど 当て はま る
1	この一か月に、不安で悲しくなったことがあった	1	2	3	4	5
2	この一か月に、他の人の前で恥をかくのではないかと心配になったことがあった	1	2	3	4	5
3	この一か月に、緊張して固くなったことがあった	1	2	3	4	5
4	この一か月に、リラックスできないことがあった	1	2	3	4	5
5	この一か月に、落ち込んだことがあった	1	2	3	4	5
6	この一か月に、していることが遅まくなってイラつきやすくなったことがあった	1	2	3	4	5
7	この一か月に、うまく対処できずにパニックになりそうになったことがあった	1	2	3	4	5
8	この一か月に、何をしても楽しくないことがあった	1	2	3	4	5
9	この一か月に、自分は重要でないと思うことがあった	1	2	3	4	5
10	この一か月に、すねんや気分が落ちやすくなった	1	2	3	4	5
11	この一か月に、理由なく怖い気分になったことがあった	1	2	3	4	5
12	この一か月に、自分の人生が意味がないように感じた	1	2	3	4	5

ディストレス



質問4 学校について

	次のごことはどのくらいあなたに当てはまると思われますか？ 当てはまるものに○をつけてください。	全 く 当て はま ら ない	な い 当て はま ら	あ ま り 当て はま ら	少 し 当て はま る	当て はま る	当て はま る よくなる
1	この学校の人に関しきを感じる	1	2	3	4	5	6
2	この学校で楽しい	1	2	3	4	5	6
3	この学校の一人だと感じる	1	2	3	4	5	6
4	この学校の先生は生徒を公平に扱う	1	2	3	4	5	6
5	この学校は安全だと感じる	1	2	3	4	5	6

学校への親和性



質問5 生活の満足度について

	次のごことはどのくらいあなたに当てはまると思われますか？ 当てはまるものに○をつけてください。	と ても 不 満 で あ る	や や 不 満 で あ る	な い ら た い え	多 く 満 足 し て い る	と ても 満 足 し て い る
1	家族については	1	2	3	4	5
2	友だちについては	1	2	3	4	5
3	学校生活については	1	2	3	4	5
4	私自身については	1	2	3	4	5
5	住んでいる地域については	1	2	3	4	5

生活の満足度

6 自分今の生活への満足度を、「全く満足していない」を0として、「完全に満足している」を100とした場合、該当する数字を1つ選んで、○をつけてください。

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

## 5. 強みがどれだけ影響をもたらすか？

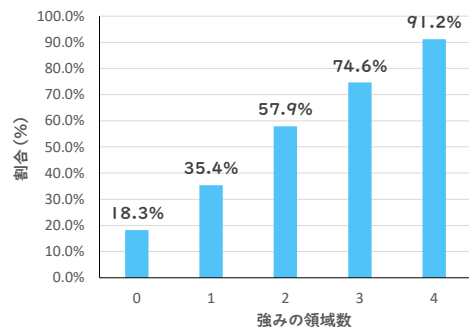


図 「この学校で楽しい」と回答した生徒の割合 (高校生3000人の調査から)

13

## 5. 強みがどれだけ影響をもたらすか？

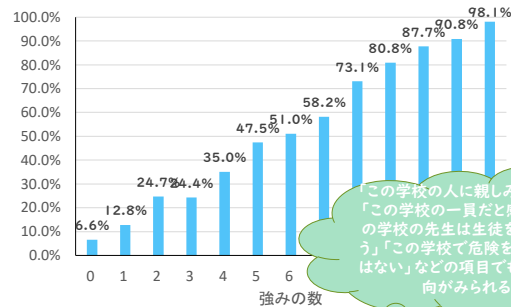


図 「この学校で楽しい」と回答した生徒の割合 (高校生3000人の調査から)

14

## 5. 強みがどのように作用するのか？

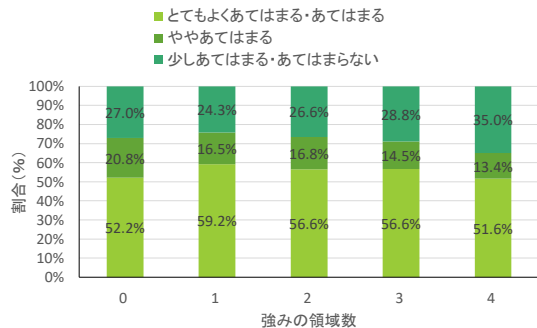


図 強みの領域別数と「この一か月に、落ち込んだことがあった」割合

15

## 5. 強みがどのように作用するのか？

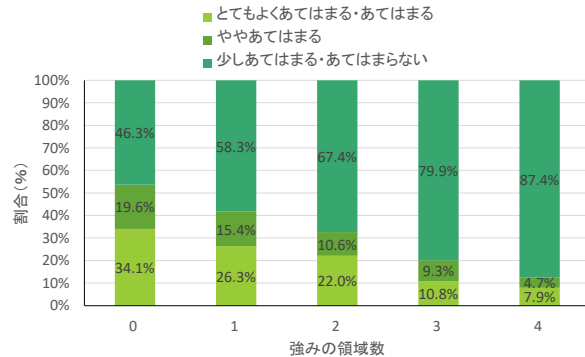


図 強みの領域別数と「この一か月に、自分の人生が意味がないように感じた」割合

16

# 6. メンタルヘルスの二次元モデル

(Greenspoon and Saklofske, 2001; Suldo and Shaffer, 2008)

縦軸－主観的ウェルビーイングの軸

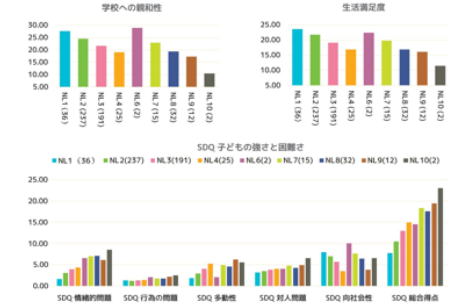


横軸－精神症状の軸



<p><b>グループ3</b> 主観的ウェルビーイングが低く、精神症状がみられないグループ</p> <p>脆弱・要観察</p>	<p><b>グループ4</b> 主観的ウェルビーイングが低く、精神症状がみられるグループ</p> <p>要フォローアップ</p>
<p><b>グループ1</b> 主観的ウェルビーイングが高く、精神症状がみられないグループ</p> <p>活発な群</p>	<p><b>グループ2</b> 主観的ウェルビーイングが高く、精神症状がみられるグループ</p> <p>要観察</p>

# 6. メンタルヘルスの二次元モデルに基づく学校フィードバックの妥当性



飯田順子他 2022 メンタルヘルスの二次元モデルに基づく学校全体メンタルヘルスクリーニングの妥当性の検討 日本心理学会大会発表論文集 <https://cir.nii.ac.jp/crid/1390859635834987904>

# 6. メンタルヘルスの二次元モデルに基づく学校フィードバック

【#1 子どもの強み】

SEHS12要素														SEL5領域			
自己対	自己他	親友他	学校中	家庭中	仲間中	関係性	行動力	柔軟性	熱意	感謝	自己信頼	他者信頼	感情コントロール	生活の質			
4.3	4.3	3.0	4.0	4.0	4.0	3.3	4.0	2.0	3.7	1.7	2.0	1.0	3.9	2.8	3.2	1.6	2.9
4.0	5.3	5.3	6.0	5.7	6.0	5.0	5.0	5.0	2.7	4.0	5.3	5.6	5.9	5.0	4.0	4.0	5.1
4.3	4.7	4.3	4.7	5.0	3.7	4.7	4.0	4.7	4.3	4.7	5.3	4.4	4.8	4.4	4.8	4.6	4.6
4.3	4.0	3.0	4.3	4.3	4.7	4.3	4.3	4.3	4.0	5.0	5.0	3.0	4.4	4.3	4.7	4.3	4.3

【#2 ストレスレベル及び問題傾向】

心身の健康 (ディストレス)														SDQ (子どもの強みと困難度アンケート)			
身体的健康	精神的健康	社会的健康	感情的健康	行動的健康	関係的健康	生活の質	自己信頼	他者信頼	感情コントロール	生活の質	自己信頼	他者信頼	感情コントロール	生活の質			
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			

【#3 学校への親和性と生活満足度】

学校への親和性 (学校体感)					生活満足度 (暮らし)					学校生活 (学校生活)						
学校生活	学校生活	学校生活	学校生活	学校生活	学校生活	学校生活	学校生活	学校生活	学校生活	学校生活	学校生活	学校生活	学校生活	学校生活		
2	4	5	3	3.4	1	3	3	1	2	10	2	2	4	5	3	3.4
6	6	5	4	5.4	5	5	5	3	5	10	4.6	5	5	5	3	3.4
5	6	6	6	5.8	5	5	5	5	5	10	5	5	5	5	5	5



# 生徒へのフィードバックの実践

アンケート実施・フィードバックの社会的妥当性

	M	SD
このアンケートに回答することは自分を理解するうえで役にたった	3.93	0.92
このアンケートに回答することを、負担に感じた	1.98	1.07
このアンケートの結果は、自分を理解するうえで役にたった	3.93	0.89
このアンケートの結果は、自分の今の状態をよく理解していると思う	3.48	1.06
このアンケートの結果を、どのように活用したらよいかわからない	2.25	1.13
このアンケートの結果を、自分の生活に役立てたいと思う	3.85	1.19
このアンケートの内容は、高校生のみなさんの生活体験と関連していると思う	3.85	0.98

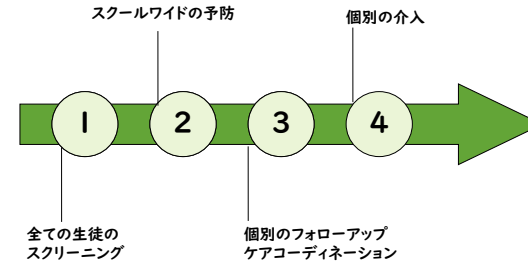
※得点範囲1点（全く当てはまらない）～5点（よく当てはまる）の5件法



「自分が苦手だと思っていたことが強みになっていたの、その事に対して苦手意識があるだけなのかなと思った」「一時期調子が悪かったが、結果を受けて調子があがってきているのかなど認識し直す機会になった」などの感想が見られ、自分の強みやストレスの状態について、ストレスチェックとしての役割を果たしていることが示された。

一方、得点の表示がわかりにくい、基準値の説明がほしい、個別のアドバイスがほしいなどの回答もみられ、改善点も具体的に示された。

## 7. 学校全体メンタルヘルススクリーニングと予防



## 引用・参考文献

### SEHS尺度開発に関する研究

Iida J, Takizawa, Y., Okayasu, T., & Furlong, M.J. (2024). Japanese cultural adaptation and validation of the social emotional health survey-secondary for junior high school students. *Frontiers in Education*, 9, 1277294. doi: 10.3389/educ.2024.1277294.

Iida, J., Aoyama, I., & Sugimoto, K. (2022). Validation of a Social Emotional Health Survey among Japanese Junior High School Students Child and Adolescent Mental Health Conference

Iida, J., Ito, A., Aoyama, I., Sugimoto, K., Endo, H., Chan, M., & Furlong, M. J. (2021). Validation of the social emotional health survey-primary among Japanese elementary school students. *The Educational and Developmental Psychologist*, 38, 121-130.

飯田順子・伊藤亜矢子・青山郁子・杉本希映・遠藤寛子・Furlong J. Michael (2018). 日本語版ソーシャル・エモショナル・ヘルス・サーベイの作成. *心理学研究*, 90, 32-41.

スクールカウンセラーの役割・機能に関する研究

Iida, J., Ito, A., Chino, R., & Sugizaki, M. (2023). The Involvement of Japanese School Counselors in Preventive Activities and its Related Factors ISPA 2023 Conference: 5-8 July 2023, Bologna, Italy.

飯田順子・雪田彩子・青山郁子・杉本希映・遠藤寛子 (2022). スクールカウンセラーのいじめ対応効力感の特徴といじめ対応の現状に関する研究. *筑波大学学校教育論集*, 44, 1-12.

飯田順子・杉本希映・青山郁子・遠藤寛子・山田賢治・松山康成・川崎知巳・山崎沙織 (2021). いじめ予防スキルアップガイド. 金子書房

ご清聴ありがとうございます！

SEHSの研究について、詳しくは上記のWebsite (<https://sehs.jp/>)をご覧ください。