

総説

学童期の子どもの情動調整方略に関する研究動向と展望

佐々木新^{*1} 岡野維新^{*1} 本城瑞恵^{*1} 則武良英^{*1}

要 約

本研究の目的は、学童期にある子どもの情動調整方略に関する研究を概観し、現在明らかになっている点を整理するとともに、支援のあり方や支援策の提言、および今後支援を検討する上で必要な研究の展望を述べることであった。学童期においては、認知発達に進展に伴い、単純な回避や怒りの表出といった行動的方略から、問題解決方略や認知的再評価方略の使用へと移行することが示された。また、学童期の情動調整能力の向上は、内在化・外在化問題行動の低減や適応的な社会行動の促進と関連することが示された。さらに、定型発達児と非定型発達児を比較した研究では、非定型発達児の中には適切な情動調整方略の選択や使用に困難を示す者が多いことが示された。特に、自閉スペクトラム症を有する子どもにおいては、情動調整の困難さが行動面に表れることが示された。学童期の子どもの情動調整方略に関する支援においては、一部で有効性が示されているものの、その知見は限定的であった。本研究では先行研究をもとに学童期の子どもの特徴を明らかにし、必要な支援について提言を行った。

1. はじめに

私たちは日々、様々な情動が喚起することを経験する。これら情動に圧倒されることなく生活を送るためには、情動が喚起しないように、あるいは程良く喚起するように調整することが必要となる。

情動調整とは怒りや悲しみ、喜びなど様々な情動を適度に調整し、目的の達成および自身の精神的健康の保持、人間関係を維持するための心の働きである¹⁾。また、情動調整を行う具体的な方法を情動調整方略と言う¹⁾。情動調整と言っても実際にはどの方略をいかに用いるかが精神的健康に影響することが明らかにされている。そのため近年では情動調整方略に着目した研究が盛んに行われている¹⁾。

その中で本研究では学童期の子どもの情動調整方略に注目する。学童期は小学校入学を期に多くの時間を同年齢集団と過ごし、その体験の中で社会性の基盤を作る重要な時期である^{2,3)}。そのような時に、子どもなりに自身の内面を安定して保ち、友人もしくは大人と良好な対人関係を維持するための方略を用いた情動調整が必要不可欠となるだろう。その

ため、学童期の子どもの情動調整方略の発達や、学童期の子ども特有の方略の特徴を知ることは、学童期の子ども理解を深めるとともに、学童期を安全に過ごし思春期へと繋ぐための一助となると考えられる。そこで本研究の目的は、学童期の子どもの情動調整方略に関する研究を概観し、現在明らかになっている点を整理し、支援のあり方や支援策の提言、および今後必要な研究の展望を述べることを目的とする。

本研究の構成は以下である。「2. 情動調整方略の概要」では、まず一般的な情動調整方略の概要を述べる。そして、学童期に至るまでの時期、すなわち幼児期までの定型発達の子どもの情動調整方略の発達プロセスを示す。「3. 学童期の子どもの情動調整方略」では一般的な定型発達の学童期の子どもの発達の特徴について概要を示した後、学童期の子どもの情動調整方略の特徴について、行動と認知の両側面から検討し議論を行う。最後に、「4. 学童期の非定型発達児における情動調整方略の特徴」では学童期の子どもの情動調整方略における全体像を

^{*1} 川崎医療福祉大学 医療福祉学部 臨床心理学科

(連絡先) 佐々木新 〒701-0193 倉敷市松島288 川崎医療福祉大学

E-mail : a.sasaki@mw.kawasaki-m.ac.jp

捉えるために、非定型発達の子どもにおける方略の特徴についても検討を行う。「5. 課題と展望」では、これら知見をまとめ、今後必要な支援策や研究について提言を行う。

2. 情動調整方略の概要

2.1 情動および情動調整とは

情動とは、心理学において「個人がある状況に出会い、注意を向け、評価を行うことによって主観的経験（例：悲しい、楽しいと感じること）、生理的現象（例：汗が出る、お腹が痛くなる）、そして表出反応（例：泣く、笑う）の3側面に影響を与えるもの」と定義されている¹⁾。

情動調整の定義については各研究者の立場によって異なる⁴⁾。その中で90年代以降情動調整研究を牽引してきた Gross¹⁾は、情動調整とは「個人が何の情動を、いつ、どのように経験あるいは表出するかを調整する心の働き」と定義している。

2.2 情動調整方略とは

「1. はじめに」で述べたように、情動調整を行うということは具体的には情動調整方略を用いることである。情動調整方略の概要を示す代表例として、多くの論文で Gross¹⁾の情動モータルモデルが引用されている⁵⁾。Gross¹⁾の情動モータルモデルでは、まず情動が喚起するプロセスを示している（図1）。概要は以下の通りである。まず、先行する状況に対して個人が注意を向け、状況の評価を行い、これら一連の反応として情動が喚起され、その反応が再び状況に影響するというループモデルである。そして情動調整とは各プロセスの拠点（状況、注意、評価、反応）に対応する方略を用い、情動が喚起しないように、あるいは喚起した情動を低減・促進するよう調整することである。Gross¹⁾は具体的な方略の種類として、先行する状況に対して状況そのものを避ける状況選択、状況の原因解決に働きかける状況修正、状況に対する自身の注意を逸らす注意の方向づけ、状況に対する自身の評価を変える再評価、反応として情動が喚起された時にその経験や表出を変える反応調整の5つを挙げている。

また、上記に示した情動調整方略は行動的方略と認知的方略に分類される⁶⁾。行動的方略は状況や自身の情動を変容するために直接的に行動することである。一方で、認知的方略は、状況や自身の情動を変容するために頭の中で考えることで働きかける方略である。例えば、情動生起の原因から意図的に注意を逸らす「注意の方向づけ」という方略を例に挙げると、実際に旅行に行くことで注意を逸らすことは行動的方略で、頭の中で旅行の計画を想像することで注意を逸らすことが認知的方略に該当する。

このように、我々が実際に行う情動調整とは、状況に応じて個人それぞれが持つ情動調整方略を用いることであると言えるだろう。

2.3 情動調整方略の発達

では情動調整方略はどのようにして発達するのか。生まれて間もない子どもは自ら情動調整することは困難であり、泣くなどの不快さを表現することで、主に養育者から不快となる原因を取り除かれるあるいはあやされることで調整を行う⁷⁾。しかし、1歳以降になると自ら調整を行うようになる。Mangelsdorf et al.⁸⁾は知らない人と過ごすという幼児にとってネガティブな情動が喚起され得る実験場面を設定し、その状況下における情動調整の様子を生後6ヵ月、1歳、1歳半の3時点から観察した。その結果、1歳以降では6ヵ月よりも知らない人を避ける、指しゃぶりをする、おもちゃで気晴らしをするといった方略を用いる様子がみられた。そして1歳半以降になると、不快刺激である知らない人に直接働きかけるという方略がみられることを示した。

2歳以降については、金丸と無藤⁹⁾は遊びにおける不快場面を設定し、その状況下で用いた情動調整方略を2歳と3歳の2時点で観察した。その結果、不快場面において3歳児は2歳児よりも別の活動を積極的に行うことや、気晴らし的行動をするなど、より自律的な方略の使用頻度が増えることを示した。

4歳以降になると行動的方略だけでなく認知的方略がみられることも明らかにされている。鈴木¹⁰⁾は4-5歳と5-6歳の2群を対象に、図版を用いてシナリオを提示し、効果的な認知的方略としての肯定的再評

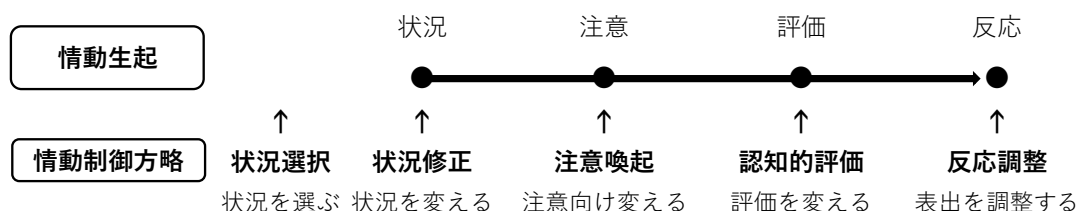


図1 情動モータルモデル (Gross, 2014)¹⁾

価（ポジティブな考えに変える）、注意配分（別の事柄について考える）、非効果的な認知的方略として反芻（原因となる出来事を思い返す）を提示した。そして「（主人公の）悲しい気持ちが無くなるためにはどの方法がよいか」と教示を行い、選択させる研究を行った。その結果、年齢に関係なく効果的な認知的方略を選択しやすいことが明らかとなった。このことから4歳以降から認知的方略について認識し、かつ用いていることが確認された。

このように幼児期までの情動調整方略の発達は、加齢に伴い徐々に養育者主導の調整から自ら方略を用いた自律的な調整へと移行し、方略の種類も多様となることが明らかとなっている。そして自律的な情動調整方略の発達は学童期以降も続くことになる。

3. 学童期の子どもの情動調整方略

3.1 学童期の子どもの発達の特徴

学童期の子どもは、小学生の6年間で身体面のみならず認知面においても大きく発達することが知られている¹¹⁾。例えば、11歳までは具体物をもとに思考を行うが、11歳以降になると仮説を立てるなど抽象的な要素で思考が可能となる¹¹⁾。情動調整とも関連が強いメタ認知や実行機能といった認知能力においても、中学年から高学年にかけて著しく発達する^{11,12)}。特に実行機能においては高学年のパフォーマンスは成人のパフォーマンスと同等まで及ぶことが指摘されている。情動理解においては、自身に起きている情動経験を詳細に認識することができるようになり、結果的に自発的に情動調整を実行する機会が増加する^{13,14)}。このように、学童期は認知発達の転換期であり、それら発達に併せて情動調整方略の発達も進んでいくことが考えられる。

3.2 学童期の定型発達児における行動的方略の特徴

まず、学童期の子どもが用いる情動調整方略の行動的方略の特徴について検討する。Eschenbeck et al.¹⁵⁾は8～15歳の子どもを対象に縦断的な質問紙調査を行い、情動調整方略の発達の変化を検討している。その結果、年齢が上がるにつれて、嫌な出来事を回避する方略や怒りを表出する方略が減り、代わって問題の原因を解決するために行動する方略（以下：問題解決方略）が増えることを明らかにしている。学童期の子どもにこれら問題解決方略が多くみられることは、実際の学校教室場面や学童保育場面を直接観察した研究においても同様に確認されている^{16,17)}。問題解決方略の使用は外・内在的問題行動の減少や精神的健康の保持・増進と関連がある^{18,19)}。つまり、学童期の子どもは自らの情動を調

整するために、より効果的な方略を選択し実行できるようになるという特徴があると考えられる。

また、武居と吉井²⁰⁾は学童期に限定し、かつ低学年も含めた小学2、4、6年生の子どもを対象に、行動的方略の発達の特徴を捉える研究を質問紙調査によって行った。その結果、以下の特徴があることを明らかにした。1) 2年生に比べて4年生以降になると、情動調整にあたって「AがだめならB」といったように複数の仮説を立てたり、調整の過程を細分化しながら手立てを考えたりするようになる。併せて用いる方略の全体数も増加する。2) 2年生に比べて6年生は他者と調整を行う相互調整（先生に助けをもらうなど）の割合より、自身で調整を行う自己調整の割合が増加する。3) 2年生に比べて6年生は用いる方略に自己抑制（我慢する）が増加し、これら方略を用いる理由が社会的規範の遵守や、自身の安定のため他者への過干渉を回避するという回答がみられるようになる。これらの研究は、学童期の子どもが認知発達に伴って、様々な方略を用いて試行錯誤的に調整を行うことができるようになることを示唆していると考えられる。そして、特に中学年から高学年になると方略の内容も社会との相互作用から選択し実行するようになることが考えられる。

一方で、学童期は認知能力の発達に伴い、行動的方略に代わって認知的方略の使用が増加するという特徴があることが指摘されている^{17,21)}。

3.3 学童期の定型発達児における認知的方略の特徴

人は出来事を認知的に評価することで情動が生起するため、認知的方略による対処は有用である²²⁾。子どもに限らず情動調整の認知的方略の中で最も研究されてきた方略は、認知的再評価方略である。認知的再評価（cognitive reappraisal）とは、情動生起の原因となった出来事や対象の意味を再解釈する方略である²³⁾。例えば、スポーツの試合に負けてしまった児童が、「この負けから学ぶことで、自分は成長することができる」と出来事を肯定的に評価しなおしたならば、出来事に起因する否定的情動が緩和されるだろう。認知的再評価に関する研究では、不安や怒りなど様々な否定的情動の緩和効果が示されている²³⁾。さらに認知的再評価方略は、問題解決方略と同様、外・内在的問題行動の減少や、精神的健康の保持・増進に寄与する方略である^{18,19)}。つまり、認知的再評価方略は情動調整において効果的な方略であると言える。

Wessing et al.²⁴⁾は、学童期の子どもであっても認知的再評価方略を実行可能であることを実験的に示している。彼らは8歳から14歳までの子どもを対

象にして、再評価実行中の子どもの神経メカニズムを明らかにする実験を行った。実験手続きとしては、子どもたちは2条件の顔写真刺激（怒り表情条件、中立的表情条件）が提示された。まずは事前測定として、子どもたちが、顔写真刺激についてどの程度脅威に感じるかについて、5件法で回答した。その後、事後測定として、子どもたちは3つの条件に割り当てられた上で、再度顔写真刺激に対して、再度どの程度脅威に感じるか回答した。3つの条件では、子どもたちは以下の通りに教示を受けた。脅威的教示条件では、あなたは誤って隣人の窓を割りました。隣人が怒って近づいてくると考えて、顔写真を見てくださと教示された。再評価的教示条件では、あなたは演劇グループの一員で、悪役のオーディションを見えています。俳優の演技を評価するつもりで顔写真を見てくださと教示された。統制条件では、ただ顔写真刺激を見るように教示を受けた。その結果、再評価的教示条件の子どもにおいて、神経水準（脳磁図）においては、成人と同様に認知的再評価と関連した脳領域（背外側前頭前野）が活性化していることを示し、子どもであっても認知的再評価が実行できている可能性が示唆された。Wessing et al.²⁴⁾は、子どもは成人と比較すると認知的再評価の能力が未発達であることや、認知的再評価の測定の困難さ、行動水準と神経水準の乖離等のいくつかの限界点を示しているものの、8~14歳の子どもであっても認知的再評価が実行できる可能性を示唆している。

3.4 認知的方略の適応的側面と不適応的側面

学童期の子どもは認知的方略を用いて調整し、自身の状態を安定させることができるようになる。しかし、認知的方略を用いることができるようになることで、かえって不適応的側面を生じさせることがある。

認知的感情制御理論(Cognitive emotional regulation theory)では、適応的な方略と不適応的な方略として以下の9つの方略が提唱されている⁶⁾。1) 自責（自分が経験した出来事に対して自分を責める思考）、2) 受容（起きてしまった出来事を受け入れて、起こったことを諦める思考）、3) 反芻（否定的な出来事の思考や情動について、繰り返し考える）、4) 肯定的再焦点化（現実の出来事の代わりに、他の楽しいことや喜びを感じる事柄について考える）、5) 計画への再焦点化（出来事への対処方法を頭の中で再検討すること）、6) 肯定的再評価（ある出来事に対して、自己成長などの観点から肯定的な意味づけをしなおす）、7) 大局的視点（他の出来事と比較し、出来事の重大さを軽くしたり相対性を強調した

りする）、8) 他責（ある出来事に関する責任を他者に押し付けて他者を非難する思考）、9) 破局的思考（出来事の悪い点を極端に強調する）。この内、受容、肯定的再焦点化、計画への再焦点化、肯定的再評価は抑うつや不安と負の関連があり、精神的健康とは正の関連が示されていることから、適応的な方略と位置づけられている²⁵⁻²⁸⁾。一方で、自責、反芻、大局的視点、他責、破局的思考は抑うつや不安と正の関連があり、精神的健康とは負の関連が示されていることから、不適応的な方略と位置づけられている^{25,29-34)}。

学童期の子どもにおいても適応的および不適応的方略の両方の使用が確認されており、不適応的方略の使用傾向が高い児童は抑うつ等の深刻な精神疾患につながるなど、成人期と同様の可能性が示されている³⁵⁾。したがって、学童期の子どもの認知的方略の特徴として、精神的健康の保持・増進に向けて適応的な方略を使用することができるようになる半面で、不適応的な方略も併せて使用することができるようになることが考えられる。そのため学童期の子どもの情動調整方略を捉える際には、これら両面を査定することが必要であるとともに、適応的方略の獲得を支援することが重要となるだろう。

4. 学童期の非定型発達児における情動調整方略の特徴

4.1 情動調整と自閉スペクトラム症の障害特性

「2.3 情動調整方略の発達」で述べた通り、情動調整は加齢に伴ってその方略の使用頻度や種類は変化することが明らかとなっている。これらの変化は心身の機能的な成熟である発達に伴うものと考えられるが、社会性や社会的コミュニケーションに障害のある子どもの場合には、情動調整の困難さがしばしば指摘される³⁶⁾。幼児期からの情動調整の発達は養育者や保育者、あるいは子ども同士の相互交流を通じて進行すると考えられるが³⁷⁾、とりわけ対人的な相互交流の困難さを障害特性の中核とする自閉スペクトラム症の子どもにとっては、情動調整の発達が極めて困難な課題になると考えられる。そこで本研究では非定型発達の中でも学童期自閉スペクトラム症の子どもの情動調整方略に焦点を当てる。情動調整が困難となりやすい学童期自閉スペクトラム症の子どもの特徴を整理することで、学童期の子ども全体の理解に繋がり、情動調整の発達に必要な支援策を検討することができる考える。ここでは、学童期の自閉スペクトラム症の子どもの情動調整方略の特徴を取り上げ、彼らの情動調整の発達に向けた支援のあり方を検討する。

4.2 自閉スペクトラム症の子どもの情動調整方略

自閉スペクトラム症児・者が用いる情動調整方略に関する1990年から2020年までの国内外の研究をレビューした岡野ら³⁸⁾によると、対象とした23編中、12編が学童期の子どもを対象に含めていたが、うち11編は学童期に限らず幼児期や青年期の対象者も込みにした情動調整方略の特徴に言及しており、純粹に学童期の自閉スペクトラム症児の情動調整方略の特徴を捉えている研究は1編のみであった。Rieffe et al.³⁹⁾は9歳から12歳の自閉スペクトラム症の子どもを対象に情動調整方略の特徴について、定型発達児との比較検討を行った。その結果、以下の特徴があることを明らかにした。1) 情動を喚起する対象そのものにアプローチする「問題解決」の方略や、「受容」を用いることが少ない。2) 「破滅的思考」を用いることが多いほど抑うつ症状が見られる。3) 「問題解決」や「受容」を用いることが多い人ほど反すうを用いることが少ない。4) 「破滅的思考」を用いることが多い人ほど反すうを用いることが多い。これらのことから、自閉スペクトラム症の子どもにおいては、学童期の年齢にあっても、否定的な情動が喚起される場面での問題の解決に向けた対処を取りづらく、またその状況を受入れることも難しく、極端に物事を悪く考えたり、その問題や否定的な情動にとらわれ続けたりする特徴があることが示されている。

また、学童期の自閉スペクトラム症の児童の情動調整方略の特徴を参与観察によって明らかにした岡野と鈴木¹⁷⁾によると、児童の障害特性や療育経験によっても情動調整方略には個人差が生じることが指摘されている。すなわち、児童精神科クリニックでの療育に4年以上参加した子どもにおいては、自身がおかれている状況や自分の思考、情動状態を独り言のように表出する方略を用いて情動の調整に成功するエピソードが観察され、他方、療育期間が1年ほどの子どもにおいては、「問題解決」のための直接的な手段と推定される攻撃行動を方略として情動を調整しようとするも奏効せず、調整不全にとどまるエピソードが観察された。以上の知見からは、学童期の自閉スペクトラム症の子どもの情動調整方略の種類は同年代の定型発達の児童と比較して限定されがちであること、またその方略の様相は対象児の療育等の学習経験によっても変化し、長期的に見れば有効に機能する方略も獲得し得ることが示唆されている。

5. 課題と展望

5.1 学童期の子どもの情動調整方略について

本研究の目的は学童期にある子どもの情動調整方略の特徴について、先行研究を概観し、現在明らかになっている点を整理するとともに、支援のあり方や支援策の提言、および今後の展望について述べることであった。

本研究ではまず学童期の定型発達児の情動調整方略の特徴について検討した。その結果、学童期の子どもは学年とともに効果的な方略を用いて自律的に情動調整を行うことができるようになる発達過程が見出された。その過程で獲得する具体的な方略としては問題解決や認知的再評価など、その後の人生における精神的健康を支え得る重要な方略であった。さらに、調整の仕方は単に自身の不快な情動を調整するだけでなく、社会場面に合わせて自身の情動を調整しようとする自己抑制の方略を用いたものも増えていくようであった。そして、これら発達は認知発達の転換期である中学年頃から見られはじめ、認知発達に合わせて情動調整も試行錯誤を繰り返しながら精緻化していくことが考えられた。

これらのことから学童期がその後の精神的健康を支え得る、情動調整方略を発達させる重要な時期であることが明らかとなった。そして、学童期の情動調整方略の発達を支援するためには、子どもの認知発達の程度に合わせた丁寧な関わりが求められることも示唆された。本研究で整理した現在の情動調整及びその方略に関する知見を踏まえ、学童期における情動調整の発達を促す支援として以下を提言する。まず低学年においては相互調整の機会を確保しながら自己調整の機会を増やしていくことが必要であると考えられる。小1プロブレムと呼ばれるように、小学校低学年の時期はこれまでと異なる環境に適応するために大きな揺れ動きを経験する⁴⁰⁾。そのため、特に学校場面等で必要となる情動調整に関しては他者との調整や必要な方略の教示といった丁寧な関わりをベースに、徐々に自己調整の機会をはかる関わりが有効であろう。

中学年以降については、認知発達の途上であることに留意しつつ、失敗しても許される環境の中で、情動調整を十分に試行錯誤できる環境が必要だろう。中学年は認知発達の転換期であると同時に、10歳の壁と呼ばれるように低学年とは異なる環境変化への適応が求められる時期である¹¹⁾。一方で自律的な調整を伸ばす時期でもあることから、トライアンドエラーによる練習の機会を十分に確保することや、適宜方略を教示する関わりが有効だろう。

本研究では情動調整方略の適応的な発達の側面が

ある中で、自責や反芻など、精神的健康とは負の関連をもつ方略も獲得されていくことも明らかとなった。学童期は中学年以降に自他の理解がすすむことで、自尊心が著しく低下しやすい時期である¹¹⁾。このことは自責や反芻といった不適応な方略の使用とも繋がりやすくなることが推察される。よって、子どもの状態や方略の内容を査定しつつ、適応的な方略の獲得を促す取り組みも必要となると考えられる。

5.2 学童期の非定型発達の子どもの情動調整方略

本研究では非定型発達のうち学童期の自閉スペクトラム症の情動調整方略の特徴についても検討を行った。その結果、学童期の自閉スペクトラム症の子どもは定型発達児とは少し異なる発達過程があることが見出された。具体的には、行動的方略においては問題解決方略を用いにくいこと、認知的方略においては受容を用いにくく、破滅的思考が反芻と結びつきやすくなることが明らかとなった。また、適応的とされる問題解決方略を使用するも内容が攻撃的であるため、本人にとっては調整方略でも社会的場面では不適応行動とみなされやすくなることが明らかとなった。

このように、学童期の自閉スペクトラム症の子どもの情動調整方略には用い方に独特さがあり、これらが情動調整の困難さに一因している可能性が示唆された。学童期に限定せず青年期の自閉スペクトラム症児者を対象に含んだ情動調整方略研究や、成人期の自閉スペクトラム症の人を対象にした研究においても、定型発達児者よりも問題解決方略や認知的再評価を用いにくいことが報告されている⁴¹⁾。つまり、上記で述べた方略の用い方の独特さは学童期に限らず、以降のライフステージでもみられる特徴であると考えられ、このような特徴の加齢による変化

のしづらさが学童期の自閉スペクトラム症の子どもの発達的变化の特徴のひとつとして予想される。

このようなことから、自閉スペクトラム症の学童期にある子どもには、定型発達と同様の情動制御方略の自然な発達をただ待つのではなく、彼らの認知発達の特徴に応じた丁寧な支援を通じて、否定的情動が喚起される場面に対処する力をいかに発達させるかが重要になると考えられる。岬と丹治⁴²⁾は情動調整が困難な自閉スペクトラム症の子どもを対象に、山本ら⁴³⁾の情動コントロールプログラムを参考とした情動調整方略を学ぶ小集団プログラムを実践している。具体的には隔週で2時間、小集団での計7セッションの心理教育を行い、指導者が情動と思考の自己理解や自己調整に関する説明や視覚化された教材を用いたワークを指導し、認知的再評価方略の学習を促した。その結果、保護者の評定ではあるが、プログラムに参加した子どもの情動調整、情動欲求・抑制、私的自己意識各尺度の得点が向上したことを報告している。この研究は、特性に応じた介入を行うことで学童期の自閉スペクトラム症の子どもの情動調整の発達が促進される可能性を示唆していると考えられる。

5.3 さいごに

本研究では先行研究をもとに学童期の子どもの特徴を明らかにし、必要な支援について提言を行った。しかし、学童期の子どものみを対象とした研究は非常に少なく、学年間の発達的变化や違いについて検討した研究もほとんどみられなかった。そのため、情動調整方略に関する知見は極めて限定されていると言わざるを得ない。今後は学童期の子どもの情動調整に関する基礎と実践の両面にて研究の蓄積が期待される。

倫理的配慮

本研究は川崎医療福祉大学倫理委員会の承認を得て実施された（承認番号：23-074）。

謝 辞

本研究は平成30年度川崎医療福祉大学医療福祉研究費の助成を受けて実施したものである。

文 献

- 1) Gross JJ : Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In Gross JJ ed. *Handbook of emotion regulation*, 2nd ed, Guilford Press, New York, 3-20, 2014.
- 2) 青木省三：人生における小学校時代。そだちの科学, 4, 2-5, 2005.
- 3) 平山諭, 鈴木隆男：ライフサイクルからみた発達の基礎。ミネルヴァ書房, 東京, 2003.
- 4) Thompson RA : Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25-52, 1994.
- 5) 有光興記, 飯田沙依亜, 榎原良太, 手塚洋介：感情制御ハンドブッカー基礎から応用そして実践へー。北大路書房, 京都, 2022.

- 6) Garnefski N, Kraaij V and Spinhoven P : Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327, 2001.
- 7) 金丸智美：情動調整（制御）とは何か。遠藤利彦，石井佑可子，佐久間路子編，よくわかる情動発達，ミネルヴァ書房，東京，80-81，2014.
- 8) Mangelsdorf SC, Shapiro JR and Maezolf D : Developmental and treatment differences in emotion regulation in infancy. *Child Development*, 66, 1817-1828, 1995.
- 9) 金丸智美，無藤隆：情動調整プロセスの個人差に関する2歳から3歳への発達的变化。発達心理学研究，17，219-229，2006.
- 10) 鈴木亜由美：就学前児のネガティブ情動に対する調整方略の発達。健康科学研究，2，69-81，2019.
- 11) 渡辺弥生：子どもの「10歳の壁」とは何か？—乗り越えるための発達心理学—。光文社，東京，2011.
- 12) 森口祐介：児童期における実行機能の発達。上越教育大学研究紀要，30，115-121，2011.
- 13) Calkins SD and Fox NA : Self-regulatory processes in early personality development: A multilevel approach to the study of childhood social withdrawal and aggression. *Development and Psychopathology*, 14, 477-498, 2002.
- 14) Muris P, Meesters C, Eijkelenboom A and Vincken M : The self-report version of the Strengths and Difficulties Questionnaire: Its psychometric properties in 8-to 13-year-old non-clinical children. *British Journal of Clinical Psychology*, 43, 437-448, 2004.
- 15) Eschenbeck H, Schmid S, Schröder I, Wasserfall N and Kohlmann CW : Development of coping strategies from childhood to adolescence: Cross-Sectional and Longitudinal Trends. *European Journal of Health Psychology*, 25, 18-30, 2018, <https://doi.org/10.1027/2512-8442/a000005>.
- 16) Matthew PS and David W : Emotion regulation and well-being in primary classrooms situated in low-socioeconomic communities. *British Journal of Educational Psychology*, 89, 565-584, 2019.
- 17) 岡野維新，鈴木亜由美：学童期の子どもの情動調整方略—学童保育場面の参与観察による検討—。健康科学研究，6，23-38，2023.
- 18) Aldao A, Nolen-Hoeksema S and Schweizer S : Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 217-237, 2010.
- 19) Connor-Smith JK, Compas BE, Wadsworth ME, Thomsen AH and Saltzman H : Responses to stress in adolescence: Measurement of coping and involuntary stress responses. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 976-992, 2000.
- 20) 武居菜生，吉井勘人：小学生の情動調整の発達—自己調整と相互調整の観点から—。教育実践学研究，25，253-264，2020.
- 21) Saarni C : *The development of emotional competence*. Guilford Press, New York, 1999.
- 22) Lazarus RS and Folkman S : *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company, New York, 1984.
- 23) Gross JJ and John OP : Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362, 2003.
- 24) Wessing I, Rehbein MA, Romer G, Achtergarde S, Dobel C, Zwitterlood P, Fürniss T and Junghöfer M : Cognitive emotion regulation in children: Reappraisal of emotional faces modulates neural source activity in a frontoparietal network. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 13, 1-10, 2015.
- 25) Garnefski N, Kraaij V and Spinhoven P : *Manual for the use of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire*. DATEC, Leiderdorp, 2002.
- 26) Morrow J and Nolen-Hoeksema S : Effects of responses to depression on the remediation of depressive affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 519-527, 1990.
- 27) Nolen-Hoeksema S and Morrow J : Effects of rumination and distraction on naturally occurring depressed mood. *Cognition and Emotion*, 7, 561-570, 1993.
- 28) 榊原良太：認知的感情制御方略の使用傾向及び精神的健康との関連—日本語版 Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) の作成及びネガティブ感情強度への着目を通して—。感情心理学研究，23，46-58，2015.
- 29) Anderson CA, Miller RS, Riger AL, Dill JC and Sedikides C : Behavioral and characterological attributional styles as predictors of depression and loneliness: Review, refinement, and test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 549-558, 1994.
- 30) Nolen-Hoeksema S and Morrow J : A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after

- a natural disaster: The 1989 Loma Prieta earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 115-121, 1991.
- 31) Nolen-Hoeksema S : The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 504-511, 2000.
- 32) 榑原良太, 北原瑞穂 : メタ分析による認知的感情制御尺度と抑うつ・不安の関連の検討. *心理学研究*, 87, 179-185, 2016.
- 33) Jermann F, Van der Linden M, d'Acremont M and Zermatten A : Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ): Confirmatory factor analysis and psychometric properties of the French translation. *European Journal of Psychological Assessment*, 22, 126-131, 2006.
- 34) Eisenberg N, Spinrad TL and Eggum ND : Emotion-related self-regulation and its relation to children's maladjustment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 495-525, 2010.
- 35) Garnefski N, Rieffe C, Jellesma F, Terwogt MM and Kraaij V : Cognitive emotion regulation strategies and emotional problems in 9-11-year-old children: the development of an instrument. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 16, 1-9, 2007.
- 36) Mazefsky CA, Herrington J, Siegel M, Scarpa A, Maddox BB, Scahill L and White SW : The role of emotion regulation in autism spectrum disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 52, 679-688, 2013.
- 37) 久保ゆかり : 幼児期における情動調整の発達—変化, 個人差, および発達の現場を捉える—. *心理学評論*, 53, 6-19, 2010.
- 38) 岡野維新, 武井祐子, 寺崎正治, 門田昌子, 竹内いつ子 : 自閉症スペクトラム障害児・者の情動制御方略に関する研究動向と課題. *川崎医療福祉学会誌*, 30, 431-443, 2021.
- 39) Rieffe C, Oosterveld P, Terwogt MM, Mootz S, Leeuwen E and Stockmann L : Emotion regulation and internalizing symptoms in children with autism spectrum disorders. *Autism*, 15, 655-670, 2011.
- 40) 渡辺弥生 : 完全カラー図解 よくわかる発達心理学. ナツメ社, 東京, 2021.
- 41) Samson AC, Wells WM, Phillips JM, Hardan AY and Gross JJ : Emotion regulation in autism spectrum disorder : Evidence from parent interviews and children's daily diaries. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56, 903-913, 2015.
- 42) 岬和希, 丹治敬之 : 自閉症スペクトラム障害のある小学生が感情の調整方略を仲間とともに考える小集団指導. *特殊教育学研究*, 59, 105-119, 2021.
- 43) 山本美知子, 武田鉄郎, 小山秀之, 宇井康介 : 発達障害のある又はその可能性のある中高生のための感情コントロールプログラム「和歌山どんまいプログラム」の開発とその効果. *LD 研究*, 26, 327-336, 2017.

(2025年5月20日受理)

Trends and Perspectives in Research on Emotion Regulation Strategies in Elementary School Children

Arata SASAKI, Ishin OKANO, Mizue HONJO and Yoshihide NORITAKE

(Accepted May 20, 2025)

Key words : elementary school children, emotion regulation strategies, review

Abstract

The purpose of this study was to review research on emotion regulation strategies for elementary school children, and to describe what is currently known and what research perspectives are needed to consider support in the future. The results showed a shift from behavioral strategies such as simple avoidance and anger expression to the use of problem-solving and cognitive reappraisal strategies as cognitive development progressed. In addition, the study showed that improved emotion regulation strategies in elementary school children were associated with reduced internalizing and externalizing problem behaviors and promotion of adaptive social behavior. Furthermore, a study comparing children with typical development with those with atypical development showed that many atypical children had difficulty in selecting and using appropriate emotion regulation strategies. In particular, it was shown that emotion regulation difficulties were expressed in behavioral aspects in children with autistic spectrum disorder. Although some studies have shown the effectiveness of support for emotion regulation strategies in elementary school children, the findings have been limited. This study clarified the characteristics of elementary children based on previous research and made recommendations for necessary support.

Correspondence to : Arata SASAKI

Department of Clinical Psychology

Faculty of Health and Welfare

Kawasaki University of Medical Welfare

288 Matsushima, Kurashiki, 701-0193, Japan

E-mail : a.sasaki@mw.kawasaki-m.ac.jp

(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.35, No.1, 2025 1 – 9)