２０２３年７月８日（第１版）

尚徳中学校　生徒の保護者の皆さまへ

「中学校におけるストレスマネジメントプログラムを基盤とした
カードゲームの効果の検討」について

はじめに

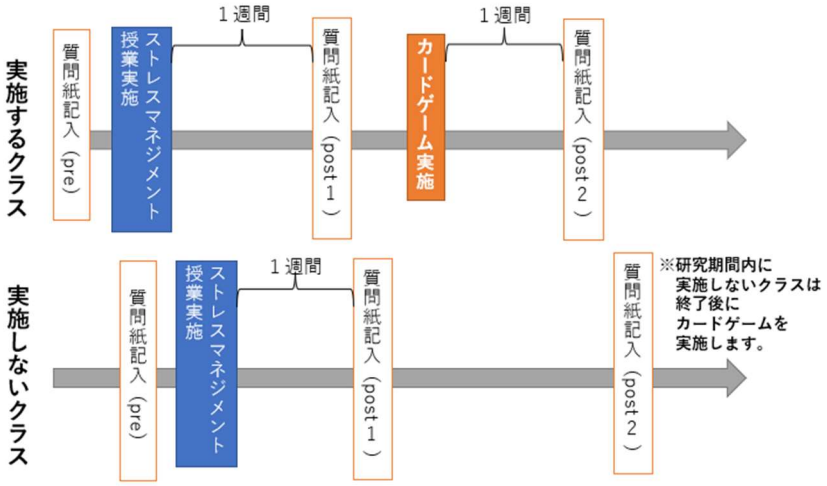
鳥取大学臨床心理学講座竹田研究室では、尚徳中学校で実施されるストレスマネジメント授業を基盤としたカードゲームが、生徒にもたらす効果について研究しています。ストレスマネジメントとは、「ストレスと上手につきあう力を育てる」ことであり、ストレスマネジメント力が高まることによって、困難な状況にうまく適応する力（＝レジリエンス）が育まれたり、考え方の幅が広がったりするといわれています。

この研究は鳥取大学医学部倫理審査委員会の承認を経て、医学部長の承認を受けています。詳細は以下のとおりです。

1．研究概要および利用目的・方法

中学生を対象として、ストレスマネジメントプログラムを基盤としたカードゲームによるストレス反応とレジリエンスに対する効果を明らかにすることを目的としています。

そのために、尚徳中学校の生徒さんが、ストレスマネジメント授業を受講される前後及びカードゲームを実施した後に、Google Form により３回のアンケートを行います。具体的なアンケート調査手順は、以下の図をご覧ください。研究期間内にカードゲームを実施する



クラスと実施しないクラスの２クラスのアンケート結果を比較することで、カードゲームの効果を検討します。また、カードゲームを実施するクラスと実施しないクラスの両者で行われるストレスマネジメント授業とカードゲーム実施は、同一の中学校教諭によって行われます。そのため、授業とゲーム実施の時期にズレが生じますが、カードゲームを実施しないクラスの生徒さんは、研究期間終了後にカードゲームが実施されるため、生徒さんの間でス

トレスマネジメントに関する教育内容に差が生じることのないよう十分配慮いたします。

すべての情報は、鳥取大学臨床心理学講座竹田研究室に送付され、集計されます。また、情報は、研究責任者が責任を持って保管、管理します。

本研究に参加される子どもさんまたはその保護者の方は、他の研究参加者への個人情報保護や本研究の独創性の確保に支障がない範囲で、研究計画書及び研究の方法についての資料を入手又は閲覧することができます。希望される方は、遠慮なく問合せ窓口にお申し出ください。

2. 取り扱う情報

アンケートでは、生徒のみなさんから以下の項目を集めさせていただきます。

【ストレス反応についてのアンケート】

- いらいらする
- なんとなくムカつく
- 怒りっぽい
- 集中できない
- やる気がでない
- 頑張るのがむずかしい
- 体がだるい
- 泣きたい気分だ
- 落ち込んでいる
- ドキドキする
- お腹が痛い
- 頭が痛い

いずれの質問も、“全然あてはまらない”から“よくあてはまる”の４段階の選択肢で回答します。

【レジリエンスについてのアンケート】

- どんなことでも、たいてい何とかなりそうな気がする。
- 昔から、人との関係をとるのが上手だ。
- 決めたことを最後までやりとおすことができる。
- 自分の性格についてよく理解している。
- たとえ自信がないことでも、結果的に何とかなると思う。
- 自分から人と親しくなることが得意だ。
- 嫌な出来事があったとき、今の経験から得られるものを探す。
- 自分の考えや気持ちがよくわからないことが多い。
- 自分は体力がある方だ。
- 努力することを大事にする方だ。
- 人の気持ちや、微妙な表情の変化を読み取るのが上手だ。
- つらいことでも我慢できる方だ。

・思いやりを持って人と接している。
・困難な出来事が起きても、どうにか切り抜けることができると思う。
・交友関係が広く、社交的である。
・人と誤解が生じたときには積極的に話をしようとする。
・嫌な出来事が、どんな風に自分の気持ちに影響するか理解している。
・嫌な出来事があったとき、その問題を解決するために情報を集める。
・嫌なことがあっても、自分の感情をコントロールできる。
・自分は粘り強い人間だと思う。
・他人の考え方を理解するのが比較的得意だ。

いずれの質問も、“まったくあてはまらない”から“よくあてはまる”までの５段階の選択肢で回答します。

【カードゲームについてのアンケート】

・自分の「ストレス」や「嫌な出来事」に対する考え方が変わったか。
・「ストレス」や「嫌な出来事」に対する考え方はどのように変わったか。
・ゲームを体験した感想や意見（良かった点や改善点）。

１つ目の質問は、“そう思う”、“ややそう思う”、“どちらともいえない”“あまりそう思わない”、“そう思わない”の５段階の選択肢で回答し、“そう思う”、“ややそう思う”と回答した生徒さんのみ２つ目の質問に回答します。２つ目と３つ目の質問は、自由記述にて回答します。

３．研究期間

この研究は、鳥取大学医学部長が研究の実施を許可した日から 2024 年３月 31 日まで行う予定です。

４．個人情報保護の方法

子どもさんの情報は、研究責任者が責任をもって保管、管理します。また、直ちに個人を識別できる個人情報は匿名化＊され、本研究では匿名化された情報を使用します。このようにして子どもさんの情報の管理については十分に注意を払います。

*匿名化について：本研究にご提供いただく情報については、子どもさん個人を直ちに特定できるような情報をすべて削除し、代わりにこの研究用の登録番号をつけます。なお、研究の過程で情報がどの子どもさんのものかを知る必要がある場合も想定されます。その場合に備えて、情報と子どもさん個人を結びつけることのできる対応表を作成させていただきますが、この対応表は研究責任者によって鍵のかかる保管庫で厳重に管理されます。

５．研究への情報提供による利益・不利益

利　益・・・今回の研究に情報をご提供いただいた生徒さんには、本研究によって直接的な利益は生じませんが、本研究によって得た知見は、今後中学生を対象

としたストレスマネジメント授業の発展に有益となる可能性があります。

不利益・・・アンケートからの情報収集のみであるため、特にありませんが、もし途中で回答することが辛くなった場合はいつでも中止してかまいません。

6. この研究終了後の情報の取り扱いについて

今回、集めさせていただく子どもさんの情報が、学校で行うストレスマネジメントプログラムの発展に向けて重要な情報をもたらす可能性があります。このため、子どもさんの情報は、この研究終了後も保存させていただき、他の研究に使用させていただくことがあります。その場合は、新たに研究計画をたてて研究に参加する医療機関の倫理審査委員会での審査を経て、他の研究に使用させていただきます。

情報は、すべての研究について終了が報告された日から 5 年間又はすべての研究が終了し、最後の研究結果が論文等で発表された日から 3 年間保存します。保存期間終了後は、適切に廃棄します。

7. 研究への情報使用の取り止めについて

子どもさんのアンケート情報を研究に用いられたくない場合には、いつでも取り止めることができます。取り止めを希望された場合でも、何ら不利益を受けることはありませんので、下記【問い合わせ窓口】までお申し出ください。その際は、アンケートに記載された登録番号を研究責任者までお伝えください。子どもさんに該当する登録番号の回答データをこちらで除外いたします。

取り止めの希望を受けた場合、子どもさんの情報を使用することはありません。この場合には、速やかに廃棄させていただきます。

しかし、取り止めを希望した時点で、すでに研究成果が論文などで公表されていた場合のように、結果を廃棄できない場合もあります。

8. 当該臨床研究に係る資金源について

本研究は、鳥取大学大学院医学系研究科臨床心理学講座の研究基盤経費で行っており、特定の企業・団体等からの支援を受けて行われるものではなく、利益相反状態にはありません。

9. 研究成果の公表について

研究成果が学術目的のために論文や学会で公表されることがありますが、その場合も、子どもさんが特定される情報は全て削除して公表します。情報の秘密は厳重に守られますので、第三者に子どもさんの個人情報が明らかになることはありません。

10.知的財産権の帰属について

本研究の結果、特許などの知的財産が生じる可能性もございますが、その権利は鳥取大学に帰属し、あなたには帰属しません。

11.問い合わせ窓口

本研究についてのご質問だけでなく、子どもさんの情報が研究に用いられているかどうかをお知りになりたい場合や、子どもさんの情報の使用を望まれない場合など、この研究に関することは、下記の窓口までお問い合わせ下さい。

【研究責任者】
竹田　伸也　鳥取大学医学系研究科臨床心理学専攻　教授
〒683-8503　鳥取県米子市西町 86
TEL／FAX：：0859-38-6411

＊この研究に関する情報は、鳥取大学医学部附属病院のホームページに掲示しております。
（URL：http://www2.hosp.med.tottori-u.ac.jp/introduction/3107/）