

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 30 年 6 月 15 日現在

機関番号：84504

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2015～2017

課題番号：15K17323

研究課題名(和文) 学校用サイコロジカルファーストエイドの日本語版作成と普及のための研究

研究課題名(英文) The Development of Psychological First Aid for Schools Japanese version

研究代表者

田中 英三郎 (Tanaka, Eizaburo)

公益財団法人ひょうご震災記念21世紀研究機構・こころのケアセンター・主任研究員

研究者番号：20743040

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,800,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、サイコロジカルファーストエイド学校版(PFA-S)のマニュアルを日本語に翻訳し一般公開するとともに、マニュアルに基づく教職員の1日研修会を8回実施した(計185名参加)。研修の効果を判定するため、研究参加者を介入群と待機群にランダム割付し、自記式質問表でこころのケア提供の主観的自信及びPFA-Sマニュアルに示された8つの活動コンポーネントの過去1週間の行動頻度を測定した。結果、介入群は待機群に比べて有意に主観的自信が高く、行動頻度が多かった。今後は、PFA-Sマニュアルに基づくこころのケアが提供できる教職員を更に養成していくために継続して研修会を開催していく予定である。

研究成果の概要(英文)：In this study, we developed the Psychological First Aid for Schools (PFA-S) field operations guide Japanese edition. Then we conducted one-day seminars for educational personnel based on the PFA-S operations guide. In total, we held eight seminars and had 185 participants. The participants were randomly allocated either an intervention group (having PFA-S seminar) or a waiting group. The confidence in providing mental care to students and frequency of favorable mental care behaviors which include in the PFA-S were assessed by the self-administered questionnaire. The intervention group showed the higher confidence and more favorable mental care behaviors than the waiting group. We will continue to have PFA-S seminars to train educational personnel in our institute.

研究分野：Psychiatry

キーワード：心理的応急処置 こころのケア 災害 精神保健 学校 子ども

1. 研究開始当初の背景

日本は災害大国であり、過去 20 年間に限っても、阪神淡路大震災(1995 年)、新潟中越沖地震(2004 年)、東日本大震災(2011 年)など多くの自然災害に見舞われてきた。

一般に自然災害の被災者のうち、10%程度は心的外傷後ストレス障害(PTSD)を発症するといわれている。PTSDでは、過去のトラウマ体験が現在のこのようによみがえり苦痛を与える侵入思考、不眠、過剰な不安や警戒心を引き起こす過覚醒、及びトラウマ体験に関連する事物への回避等の症状を認める。これらの PTSD 症状は、直接的に被災者を苦しめるとともに長い期間にわたり生活上の様々な制限をもたらす。PTSD 発症には、年齢、性別、社会経済状況、ソーシャルサポートなどさまざまな要因が関連することが知られている。この中でも年齢は特に重要であり、子どもは特別な配慮を必要とする。なぜならば、子どもは発達途上であり、災害のストレスをコントロールするための対処技術が十分身につけていないからである。

災害初期から被災者を適切な方法で援助していくことは、PTSD 発症予防の鍵となる。逆に不適切な介入は、被災者に余計な苦痛を与えることになる。例えば、安心感や安全が確立されていない急性期にトラウマ体験を語ることが、被災者の心理に悪影響を与えることなどが知られている。日本では、主に成人を対象とした災害時の心理援助法であるサイコロジカルファーストエイドやサイコロジカルリカバリースキル、PTSDの専門心理療法である持続エクスポージャー法や認知処理療法が研究されており、その有効性が報告されつつあるとともに、普及活動も実施されている。しかし、子どもを対象とした災害時の心理支援法に関する研究はまだ限定的である。

2. 研究の目的

本研究では、アメリカ国立子どもトラウマティックストレスネットワークが開発した子どもとその教師や保護者のための災害時心理応急対応法である "Psychological First Aid for Schools(PFA-S)" を日本語に翻訳し、PFA-S に基づいた子どもの心理支援法の効果的な普及方法を開発することを目的とした。

3. 研究の方法

PFA-S マニュアルの翻訳

海外留学経験のある臨床心理士と子どものトラウマケアに精通している大阪教育大学学校危機メンタルサポートセンターの翻訳チームが、それぞれ独立して英文を日本語に訳した。研究代表者は、この2つの翻訳を統合して最終的な日本語版を完成させた。

翻訳内容の正確さ及び日本語訳の明瞭さは、研究代表者が所属する兵庫県こころのケアセンターの研究協力者が確認した。

PFA-S に基づく心のケア研修の効果検証

A) 対象者の選定方針

対象者：現在、小学校、中学校、高等学校等で、子どもと週5日以上関わる機会のある教職員、スクールカウンセラー

選定方針：都道府県市町村の教育委員会を通じて各学校に協力を依頼するとともに、当センターホームページで告知し、参加者を募集した。

B) 実施方法

I. 研究デザイン

ランダム化比較研究

II. 割付方法

研究責任者とは独立した研究助手が、コンピューターを用いた乱数表で参加者をコントロール群と介入群に割り付けた。

III. サンプルサイズ

研修を受講することにより後述する主要評価項目が平均的に0.5向上することを臨床的に有意な変化とし、エラーを0.05、検出力を0.8、pooled SDを先行研究(Allen B, et al. 2010)より1と推定すると、必要サンプル数は両群で126となった。

III. 実施場所

兵庫県こころのケアセンター 研修室

IV. 研修実施者

研究代表者がすべての研修を担当した。

C) 研修内容

I. 時間及びグループの人数

1日6時間の研修で1回の研修参加者は最大30名程度とした。

II. 内容

研修は National Child Traumatic Stress Network (NCTSN: <http://www.nctsn.org/>)の以下の資料と講義に基づく。

- ・PFA-S マニュアル
- ・PFA-S web 講義
- ・PFA web 講義

PFA-S の具体的な内容は以下の8つのコア活動からなる。

被災した子どもに近づき、活動を始める
安全と安心感
安定化
情報を集める いま必要なこと、困っていること

現実的な問題の解決を助ける
周囲の人々との関わりを促進する
対処に役立つ情報
紹介と引継ぎ

それぞれの活動に関して、必要な知識、技法を講義で紹介し、具体的に平時からどのようにこれらの活動を取り入れていくことができるかを参加者と双方向的に議論しながら、研修を進めていった。

D) 評価

I. 時期

研修日の1-2ヶ月前・・・事前調査(コント

ロ-ル群のみ)
 研修日当日・・・研修前調査(コントロール群と介入群)
 研修1-2ヶ月後・・・事後調査(介入群のみ)
 II.内容
 事前、研修前、事後調査は以下の主要評価項目と副次評価項目に関して自記式で回答を依頼した。

III.主要評価項目
 ・**主観的自信**：子どもへこころのケアを提供する主観的な自信を5段階リッカートスケールで尋ねた。
 ・**PFA 活動行動頻度**：子どものこころのケアに関するPFA-Sで推奨される行動の頻度をPFA-Sマニュアルに示された8つのコア活動をもとに質問を作成し、過去1週間の行動の頻度を5段階リッカート尺度で尋ねた。評価項目の設定は、カークパトリックの4段階評価モデル(1959年)に基づいた。このモデルによると最善の評価項目は、子どものメンタルヘルスが向上することを確認することであるが、これは研究計画上の実施可能性が低いため、次善の参加者の行動変容を主要評価項目とした。

IV.副次評価項目
 ・研究参加者の心理的ストレス(K-6)
 過去30日間の心理的ストレス(反応)を測定するために開発された6項目の尺度。一般に、抑うつ、不安などの症状は質問票尺度では区別して測定することが難しいため、抑うつと不安を合わせて、非特異的な心理的ストレス(反応)として測定する。日本語版K6は古川らにより開発されている。

E)分析
 データの解析は研究代表者が実施した。主要評価項目及び副次評価項目は連続変数として扱い、介入群と待機群の比較はT検定で行った。また、統計解析にはSTATA15を用い、両側5%を有意水準とした。

F)倫理的配慮
 本研究の実施に当たっては兵庫県こころのケアセンター研究倫理委員会の承認を得た。全ての研究参加者からは書面でインフォームドコンセントを取得した。

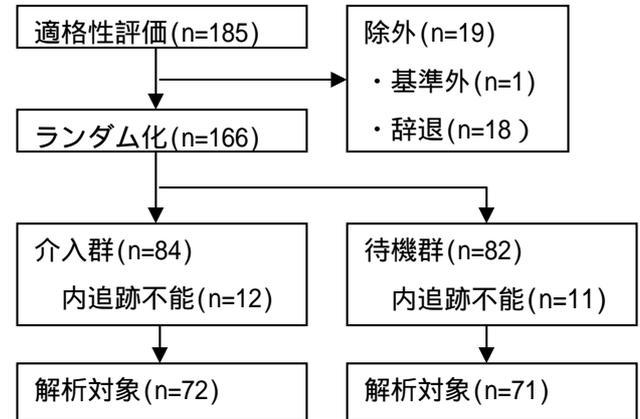
4.研究成果
 参加者の基本属性を表1、ランダム化のフローチャートを図1に示した。

表1.基本属性(n=143)

年齢	平均42.5歳(10.5SD)
性別	女性127人(88%)
学校(小・中高・特別支援)	小68人(47%)、中高60人(41%)、特別支援11人(8%)
学校(公立/私立)	公立126人(88%)

SD = 標準偏差

図1.ランダム化のフローチャート



最終的な解析対象者は143人で、公立学校の女性教員が大多数であった。

表2.主観的自信とPFA活動頻度

		前	後	P値*
主観的自信**	介入群	1.6	1.9	0.0001
	待機群	1.4	1.4	
PFA活動1***	介入群	2.2	2.9	<0.0001
	待機群	2.3	1.9	
PFA活動2	介入群	2.2	2.7	0.0001
	待機群	2.1	1.8	
PFA活動3	介入群	1.3	1.8	0.0003
	待機群	1.2	1.0	
PFA活動4	介入群	2.7	3.2	<0.0001
	待機群	2.8	2.2	
PFA活動5	介入群	1.5	2.2	0.007
	待機群	1.7	1.6	
PFA活動6	介入群	1.6	2.0	0.07
	待機群	1.7	1.5	
PFA活動7	介入群	0.8	1.3	0.01
	待機群	0.9	0.8	
PFA活動8	介入群	0.5	0.6	0.14
	待機群	0.4	0.4	

*P値は介入後(待機後)の各評価項目の介入群と待機群の比較

**主観的自信は0-4の5段階評価、得点が高い方と自信が高い

***PFA活動は、過去1週間の行動頻度を0-4の5段階で評価、得点が高いと頻度が多い

PFA-S研修を受けた群(介入)は受けていない群(待機)に比べて、こころのケアを提供する主観的な自信が有意に高まり、PFA活動の1-5,7で行動頻度が有意に増加した。

なお、心理的ストレス反応に有意差はなかった。

まとめ

本研究では、PFA-S のマニュアルを日本語に翻訳し兵庫県こころのケアセンターのホームページ上で一般公開した (http://www.j-hits.org/psychological_for_schools/index.html)。

また、本マニュアルに基づき教職員向けの子どものこころのケア 1 日研修を実施して、その研修効果を測定した。研修を受けた群は、受けていない群に比べて、こころのケア提供に関する主観的な自信が高まり、PFA-S マニュアルで示されているこころのケアに関する望ましい行動が増加した。

今後は学校で PFA-S を実践できる人材を継続的に育成するために、兵庫県こころのケアセンターが実施している研修の一貫として PFA-S 研修を実施していく予定である。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

〔雑誌論文〕(計 3 件)

・田中英三郎「トラウマと comorbidity、うつについて」トラウマティック・ストレス, 第 15 巻, 第 1 号, p31-38, 2017 年 (査読有り)

・田中英三郎, 加藤寛「災害後の子どもの心のケア」教育と医学, 第 64 巻, 第 12 号, p60-67, 2016 年 (査読無し)

・田中英三郎, 亀岡智美「阪神淡路大震災とこころのケア」精神科, 第 26 巻, 第 2 号, p109-113, 2015 年 (査読無し)

〔学会発表〕(計 5 件)

・田中英三郎「災害が人々の心にもたらす長期的影響-阪神淡路大震災、四川大地震の経験より-」第 15 回日本外来精神医療学会, 東京, 2015 年

・Eizaburo Tanaka et al. "The long-term psychological consequences of adolescents after a natural disaster: Experiences from the recovery aid project for the Sichuan earthquake" The 8th Congress of the Asian Society for Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions, KL, 2015

・田中英三郎「国際精神保健の潮流-JICA 四川大地震復興支援こころのケア人材育成プロジェクトの事例研究を通して」, 第 112 回日本精神神経学会, 東京, 2016 年

・田中英三郎「罪悪感と抑うつを主とした事故被害者の PTSD に対する PE の試み」第 16 回日本トラウマティック・ストレス学会, 東京, 2017 年

・田中英三郎「事故被害により生じた罪悪感を伴う PTSD に対する持続エクスポージャー法の試み」第 113 回日本精神神経学会, 名古屋, 2017 年

〔その他〕

ホームページ等

PFA-S 紹介ホームページ

http://www.j-hits.org/psychological_for_schools/index.html

PFA-S マニュアルダウンロード用ホームページ

http://www.j-hits.org/psychological_for_schools/pdf/pfa_s.pdf#zoom=100

6. 研究組織

(1) 研究代表者

田中英三郎 (TANAKA, Eizaburo)

財団法人ひょうご震災記念 21 世紀研究機構・

兵庫県こころのケアセンター・主任研究員

研究者番号: 20743040

(2) 研究協力者

加藤寛 (KATO, Hiroshi)

亀岡智美 (KAMEOKA, Satomi)

大澤智子 (OSAWA, Tomoko)