

令和 5 年 6 月 19 日現在

機関番号：13902

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2018～2022

課題番号：18K02570

研究課題名（和文）大学での自殺相談対応研修実践とその効果の検証

研究課題名（英文）Impact of suicide prevention gatekeeper training on the mental health and consultation environment of university students

研究代表者

田中 生雅（Mika, Tanaka）

愛知教育大学・学内共同利用施設等・教授

研究者番号：10262776

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 2,100,000円

研究成果の概要（和文）：本研究では二つの調査を実施した。調査1では、大学生の自殺相談対応に関する研修状況と内容上の課題を把握することを目的に、自殺相談対応研修終了時にアンケート調査を実施した。調査2では、学生のメンタルヘルス状況や健康状況と自殺相談の関連を見るための、健康診断時アンケート調査を実施した。研究期間内に調査1、調査2に関する学会及び論文発表を行った。2019年度より、COVID-19蔓延により、大学の修学環境の変化があったため、その影響についても検討をおこなった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

自殺相談対応研修後の調査では、自殺相談対処方法の情報に触れたことのある者が56.7%であったが、約9割の学生が現状の対応力に自信がないと回答しており、相談対処の技術を拡充する必要があることが分かった。また、学生健康診断時の相談環境調査では、令和元年の調査にて、「日常の悩み」については98%の学生は相談場所を確保していたが、「死にたい等特別な悩み」については、相談場所がない学生が18.7%と少なからずいることも分かった。自殺相談対応研修を受講した学生では、メンタルヘルス上の自身の問題を抱えている傾向があり、後に深刻な相談に対応する傾向があることが把握できており、今後発表を行う予定である。

研究成果の概要（英文）：In this study, we conducted two surveys. In Survey 1, a questionnaire survey was conducted at the end of the suicide consultation training for the purpose of understanding the training situation and content issues related to suicide counseling for university students. In Survey 2, we conducted a questionnaire survey at the time of health checkups to see the relationship between students' mental health status and health status and suicide counseling. During the research period, I presented research papers and academic conferences on Survey 1 and 2. Since 2019, the spread of COVID-19 has changed the learning environment at the university, so we also examined the impact.

研究分野：精神医学

キーワード：自殺相談対応 大学生 メンタルヘルス

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

昨今、精神科医療機関への通院や向精神薬の投薬の必要性のある学生の増加傾向は大きな課題となっており、研究代表者はこれまで、大学のメンタルヘルス環境は、決して楽観視できない状況があり、同時に自殺予防のための活動もメンタルヘルス上の重要な話題であることを報告してきた。研究代表者は学生自身の相談対応力向上の必要性を考え、大学の授業の時間を通じてゲートキーパーとしての対応を学べるよう「自殺相談対応研修」を年に100名程度実施してきた。このような研修の実践は教育現場で少しずつ浸透してきているが、実際の自殺相談対応や大学環境、学生のメンタルヘルスにどのように寄与しているかを追求した報告はまだ少なく、興味深い研究課題となっていた。

2. 研究の目的

自殺念慮を持つ者が現れた時、一般的な相談対応先としては、精神科医療機関、いのちの電話等の県や市町村の窓口、学内の相談対応先である学校医やカウンセラーなど保健管理業務を担当する相談サービスがあげられる。しかし昨今は、変化に気づきやすく援助希求をしやすいと考えられる、身近な「家族」「友人」といった人物による「ゲートキーパー機能」の重要性が高まってきた。そのため、「大学生への自殺相談研修実践の果たす役割、効果」を視座として、治療歴、スクリーニング結果等健康情報に加え、学生のメンタルヘルス環境を継続してアンケート調査し、調査結果をふまえて、「自殺相談対応研修」実践の自殺予防や相談行動、教育への効果を明確にすることを本研究の目的とした。

3. 研究の方法

調査1： 研究年度期間に、愛知教育大学在学中の学生、大学院生で定期健康診断に参加した者のうち、アンケート調査の主旨について文書内で説明し、同意の得られた者のみを対象とした。1)健康診断、2)医療機関の治療状況、3)メンタルヘルス環境やストレス、自殺の相談対応の有無の実態調査と評価(4から5段階評価、自殺念慮を含む) 4)K-6についての調査を行った。希望者を対象に報告と面談を行った。

調査2： 研究年度期間内に研究代表者が実施する授業(「心身健康管理学特論」「精神疾患とその治療」「健康管理学」「精神医学入門」)受講学生を対象に「自殺相談対応研修」を行った。テキストは全国大学メンタルヘルス学会の「あなたが守る命のともしび」を使用した。研修後に研修がどのように役立つ可能性があるかについてアンケート調査をした。

4. 研究成果

2018年度は調査2の「自殺相談対応研修」の実践とアンケート解析が主な研究実践となった。調査1のアンケートの解析は2019年度以降となった。結果は期間内で可能な限り個別、及び全体として解析をすすめた。質問紙調査にて得られたデータについては、健康指導以外の部分で、個人を特定しない形で統計解析し、全体の傾向と実態把握の資料とした。2019年度からは、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で大学の授業環境が大きく変化し、ICT学習環境でのオンデマンド授業形式が導入されたため、その影響についても考察した。

(1) 自殺相談対応研修と学生の反応 授業後アンケート集計より (2018年度)

2018年度に研究代表者が愛知教育大学内で担当する授業内にて、1時限を用い自殺相談対応研修を実施し、終了時に受講した学生にアンケート調査を実施した。参加した学生は83名(男性23名、女性60名)であった。全体結果にて、「以前から対応方法を知っていたか？」の質問に47名(56.7%)が「知っている」「聞いたことがある」と回答し、自殺相談対応について情報に触れたことがあるものが半数以上であった。一方、「自殺の相談を受けた場合、実際に対応ができますか？」の質問に、74名(89.2%)が「あまり自信がない」「できない」と回答し、約9割の学生が現在の対応力が十分ではないと考えているようであった。また、「研修はどうだったか？」の質問に、82名(98.8%)が「非常に良かった」「良かった」と回答し、受講者の評価は良好であった。

自由記載意見の回答の記載のあった16件分についても検討し、今後の課題について考察した。(表1)自由記載のテーマが「対応方法」である項目が9件(56.3%)と最も多く、「どのようにリファアするか」「病院に行かない場合はどうするか」などの実際的な疑問点について述べられていた。二番目に「命の教育、研修の必要性」「実践への意欲」をテーマとする項目が3件ずつ(18.8%)であった。「もっと相談しやすい社会となるとよい」等の社会環境に関する意見も1件あった。

2016年に自殺対策基本法が改正され、2018年以降市町村でも自殺予防の実行計画を立てることとなった。初等中等教育でも「命の教育」や「自殺予防教育」の取り組みが各教育現場に少し

ずつ浸透してきた。大学での自殺相談対応研修の実践が大学の環境、大学生のメンタルヘルスにどのように寄与について継続した調査研究を続けるにあたり、初年度として調査2の基盤調査を検討できたことは意義があったと考えた。

表1 アンケート自由記載(平成30年度自殺相談対応研修)

意見	テーマ	内容
1	教育	学級開きに毎年命について話します。そこで自分の同級生など自ら命を絶った人もいることを伝え、それは友人家族を悲しませたり裏切ったりすることにつながるということを伝えます。そして、その行動に移す前に先生、家族、友人、誰でも良いから話す、相談することを必ずしてほしいと伝えていきます。
2	教育	中学や高校でも、もっと研修が広まったらいいと思った。「自殺」をふれてはいけないもののように扱うより、身近に存在し得る問題として捉えられたらいいと思った。
3	教育	相談されたときの受け答えで、とても変わると思う。相談を受けるかもしれない人は講習を受けるべきだと思った。
4	社会環境	もっと相談しやすい社会になっていけばいいと思います。どうしても一人でため込んでしまいがちなので。
5	対応方法	自殺を考えている人の精神状態に早く気付いてあげること、自殺の原因を聴くことが大切であるとよくわかりました。今回勉強したことを使う機会がないといいが、自殺の相談をされたときに適切な対応がとれるようにしたいです。
6	対応方法	悩んでいることに対して、すぐ自分の悩みなどを打ち明けることができる人というのはそう多くないと思うのですが、そういう人に対する相談や対応の仕方でのようなポイントがあるのを知りたい。
7	対応方法	対応について正解は無いと思うので、新しい知見をどんどん取り入れていきたい。
8	対応方法	最後に「自殺しないでください」と言うときよく書いてあるが、軽く聞こえてしまいそうで、なかなかうまく言えなそうだった。ずっとかかわりのあるクライアントの方とかなら言えそうだが、初対面で言うのは難しそう。
9	対応方法	ロールプレイや、どのように入院につなげていくのかなど勉強したい。
10	対応方法	自殺相談を個人的に聴いたら、どこにリファーすればよいのかなど盛り込むと教員向けにはわかりやすいと思いました。
11	対応方法	答えが無いので、事例を元にしたところから対応の良し悪しを考えてみたい。
12	対応方法	授業の話し合いのメンバーは5人ぐらいがやりやすい。多すぎると話しにくい。
13	対応方法	病院を紹介しても相談してきた人がいかない時にすべき行動がわからない。
14	実践意欲	もっとたくさんの知識を得たい。
15	実践意欲	いざ自分に相談されたら、自身は無いけど、今日の内容を生かし、自殺を食い止めたいと思うが、そのためには、もっと勉強が必要だ。苦しみに共感し、肯定も否定もしないということ、最後に自殺しないと約束することが大切なので覚えておきたい。
16	実践意欲	話がまじまじとして少し怖かったが大切な内容だと感じました。

(2) 学生のメンタルヘルス状況と身近な相談環境に関する調査(2019年度)

学生のメンタルヘルス状況と身近な相談環境を把握する為、アンケート調査を行い検討した。2019年度愛知教育大学学生定期健康診断に参加した2~4年次学生、大学院生3067名のうち、調査の主旨について同意の得られた者を対象とし、抑うつ不安尺度調査(K-6)、Q1治療状況、Q2ストレスの有無、Q3身近な相談環境や自殺等深刻な悩みの相談状況Q4健康セミナーの希望、Q5相談中の対応についての相談希望、の調査を行った。学生(1727名、男性654名、女性1073名、有効回答率56.3%)の結果を解析した。結果では、質問K6の平均値は9.1±3.9点であり、Q1「学生生活のストレスのため体の不調や生活への影響がある」とした学生は64名(3.7%)であった。K6の得点群別の検討で高得点の群でストレスが強い者が多かった。Q3相談環境について、「死にたい等特別な悩み」については相談場所が「無」が318名(18.7%)と特別な悩みを相談できない者の数が少なからずみられた。学生は身近な環境で、「死にたい等特別な悩み」では約2割の学生が相談できず、実際の相談状況については、回答した学生の内「深刻な相談を受けたことがない」とする者は約9割にのぼり、学生が生活の中で他者と関わりながら悩みを解決する環境は整っていないことが示された。相談対応技法等の教育を益々進め、学内の相談窓口を適切に機能していくことが重要な課題であると考えられた。

(3) 大学健康支援センターのメンタルヘルス相談に期待されること(2019、2020年度)

学生がメンタルヘルス相談に何を期待するかに関する自由記載の解析結果を報告した。2019年3、4月に行った本学学生定期健康診断に参加した学生、大学院生3067名のうち、138名が「健康支援センターのメンタルヘルス相談に期待したいことを自由にご記載下さい」の質問について記載し、その記述コメントについて、KHcoder(Ver.2.00)を用いて計量テキスト分析(テキスト・マイニング)を行った。形態素解析には意味を持つ語句を抽出し、共起ネットワークによる語句の関連性分析、および抽出語・対応分析での検討を行った。分析対象とした回答は138件であり、合計163文であった。共起ネットワークでは、48の語句が62の結びつきで表された。記載内容は、6種類の話題(悩む人を助ける、周知について、今後の対応方針、センターの相談方法、健康状態と不安、大学生生活上の具体的悩み)から構成されていた。抽出語・対応分析では、男性は抽象的語句を、女性は具体的な例や対応に関する語句を使用する傾向が明らかになった。今回の検討では、回答文からみた、健康支援センターの活動に求められるキーワード、課題点を見出すことができた。

(4) COVID-19 環境下での自殺相談対応研修 対面授業とオンデマンド授業のアンケート集計比較 (2018-2020 年度)

2020 年初頭からの COVID-19 の国内での感染拡大に伴い、愛知教育大学では 2020 年度前期の授業形式が従来の対面授業からオンデマンド授業に変更された。2018 年度より学内で担当する授業内にて、1 時限を用い自殺相談対応研修を実施し、終了時に受講した学生にアンケート調査を実施してきたが、2020 年度はオンデマンド授業での研修を行ったため、授業後アンケートの集計比較を行った。検討した学生は、対面授業 186 名(男性 57 名、女性 129 名)、オンライン授業 29 名(男性 2 名、女性 27 名)であった。

結果では、両授業方法間での各質問の対面授業群、オンデマンド授業群の群別の比較検討では有意差は認められなかった。全体の結果では、「以前から対応方法を知っていたか？」の質問に 47 名(56.7%)が「知っている」「聞いたことがある」と回答し、自殺相談対応について情報に触れたことがあるものが半数以上であった。一方、「自殺の相談を受けた場合、実際に対応ができますか？」の質問に、74 名(89.2%)が「あまり自信がない」「できない」と回答し、約 9 割の学生が現在の対応力が十分ではないと考えているようであった。また、「研修はどうだったか？」の質問に、82 名(98.8%)が「非常に良かった」「良かった」と回答し、受講者の評価は良好であった。本検討では、授業形態の変更により、授業への感想や学びにも変化があるのではないかと疑問があった。しかし、「自殺相談対応研修」の質問調査結果を解析したが、学習の経験機会に関する質問、授業内容に関する質問回答に有意な影響を与えてはいない結果であった。テキストが同一であり、指導する内容は同じであることから、「自殺相談対応」の経験のない学生に、初めて学ぶ機会を設定すること自体に価値があると考えられることもできた。

(5) COVID-19 環境下での大学での自殺相談研修とメンタルヘルス状況 (2019-2022 年度)

2020 年初頭から、COVID-19 の影響により、大学生の学習環境や生活環境は大きく変化した。本研究では学生定期健康診断時アンケート調査にて、2019 年から 3 年間参加した学生群の状況から、大学生のメンタルヘルス環境の変化を検討した。また、大学の自殺予防の相談研修を受講した学生がメンタルヘルスや相談環境に違いを有するか、COVID-19 が影響しているかを明らかにすることを目的とした。

対象は、2019 年度から 2021 年度の学生定期健康診断時のメンタルヘルスアンケート調査に 3 年間連続して参加した本学の大学生 259 名である。このうち、2019 年に自殺予防相談研修を受講した学生は 16 名である。全体、性別、研修受講群と非受講群に分け、メンタルヘルスと相談環境にもたらす影響について検討した。

結果では、全体の K6 の平均値は 2019-2021 年度調査にて上昇傾向を認めた。2021 年調査で女性群の得点が有意に高かった。現在・過去の治療歴に関する質問では、2021 年の調査で医療機関への受診率が男性群で有意に減少していた。「死にたい」等の特別な悩みについての身近な相談環境については、2020 年の調査で性別の検討で有意差が見られた。本調査から、3 年間に大学生のメンタルヘルスの状況は悪化傾向にあり、男性群では医療機関への受診が減少傾向にあること、女性群では身近な相談環境に変化があり深刻な悩みを相談しづらい環境が窺われること、性別により状況は異なることが明らかになった。

COVID-19 は大学生のメンタルヘルスと相談環境に影響をもたらしている。これらの傾向をふまえ、大学保健管理部門として大学生のメンタルヘルス支援を行うことが重要である。

受講群別の検討では、K6 の平均値が、非受講群で 2019 と 2021 年度調査の比較にて上昇傾向を認めた。2019 年度の調査では、受講群では、治療中の者が有意に高かった。身近な相談環境については、「日常的な悩み」「恋愛」「進路」「死にたい」等の特別な悩みについて相談できる人がいるかどうかについて、受講群と非受講群で 3 年通じて差はみられなかった。受講後 1 年目の 2020 年度調査では、受講群で他者から深刻な相談を受けるものが増える傾向がみられた。健康支援センターにどのようなセミナーを希望するかについては、2020-21 年度において、受講群では「栄養指導」「生活習慣病指導」「アロマセラピー」等、非受講群では、「救命救急講習」「心理テスト」「リラクセス法」の希望が多かった。

自殺予防ゲートキーパー研修を受講する学生では、メンタルヘルスに関する自身の問題を抱えている学生が多くいること、COVID-19 の影響下であっても、精神的な健康度が悪化する傾向はみられなかったことが明らかになった。受講した学生は、受講後に深刻な相談に対応する傾向がみられることが分かった。また、自殺予防ゲートキーパー研修を受講する学生においては、COVID-19 によるメンタルヘルスへの関心よりも、もともと自分自身が抱えているであろう健康課題についての研修へのニーズがあることが示唆された。優先度の高い学生のニーズを把握して支援を進めることが重要と考えた。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計4件（うち査読付論文 3件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 1件）

1. 著者名 田中生雅 荒武幸代 田中優司	4. 巻 58
2. 論文標題 大学生のメンタルヘルス状況と身近な相談環境に関する調査より	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 CAMPUS HEALTH	6. 最初と最後の頁 142-147
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -
1. 著者名 田中生雅 田中優司	4. 巻 19
2. 論文標題 大学健康支援センターのメンタルヘルス相談に期待されること アンケート自由記載解析より	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 IRIS HEALTH	6. 最初と最後の頁 9-14
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -
1. 著者名 田中生雅 田中優司	4. 巻 Vol.3
2. 論文標題 自殺相談対応研修と学生の反応 授業後アンケート集計より	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 大学のメンタルヘルス	6. 最初と最後の頁 91 94
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -
1. 著者名 田中生雅、田中優司	4. 巻 17
2. 論文標題 授業後アンケート調査自由記載より自殺相談対応研修を振り返る	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 IRIS HEALTH	6. 最初と最後の頁 9 - 12
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

〔学会発表〕 計5件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 田中生雅 田中優司
2. 発表標題 新型コロナウイルス感染症が大学生のメンタルヘルスと相談環境にもたらす影響
3. 学会等名 第43回全国大学メンタルヘルス学会総会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 田中生雅 荒武幸代 大西幸美 田中優司
2. 発表標題 COVID-19 環境下の自殺相談対応研修 対面授業とオンデマンド授業のアンケート集計
3. 学会等名 第38回全国大学保健管理研究集会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 田中生雅 荒武幸代 田中優司
2. 発表標題 学生のメンタルヘルス状況と身近な相談環境に関する調査より
3. 学会等名 第57回全国大学保健管理研究集会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 田中生雅 田中優司
2. 発表標題 大学健康支援センターのメンタルヘルス相談に期待されること（アンケート自由記載解析より）
3. 学会等名 第41回全国大学メンタルヘルス学会総会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 田中生雅 田中優司
2. 発表標題 自殺相談対応研修と学生の反応
3. 学会等名 第40回全国大学メンタルヘルス学会総会
4. 発表年 2018年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	田中 優司 (TANAKA YUJI) (70377654)	愛知教育大学・学内共同利用施設等・教授 (13902)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------