

令和 3 年 6 月 2 日現在

機関番号：34504

研究種目：研究活動スタート支援

研究期間：2019～2020

課題番号：19K23393

研究課題名(和文) ADHD傾向のある若年成人層の抑うつ状態に対する対人関係カウンセリングの効果

研究課題名(英文) Study of the effects of interpersonal counseling on depression in young adults with an ADHD tendency

研究代表者

竹谷 怜子 (TAKETANI, Reiko)

関西学院大学・文学部・助手

研究者番号：10846900

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,200,000円

研究成果の概要(和文)：新型コロナウイルス感染症の流行により、本研究は規模を縮小し注意欠如・多動症(ADHD)症状を持つ学生12名を対象者として行った。5名に対人関係カウンセリング(IPC)を行い、7名に傾聴を主とするカウンセリングを行った。その結果、両群ともに、カウンセリングを行う前と比べてカウンセリング終了12週間後までのSDS合計点(点数が高いほど抑うつ状態が高いことを示す尺度)に統計学的に有意な減少は認めなかった。しかし、カウンセリング終了4週間後で、IPC群は傾聴を主とするカウンセリング群よりもSDS合計点が統計学的に有意に減少していることが示された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究は、新型コロナウイルス感染症対策のため対象者数が少なくなり、予備的研究に留まったが、国内外で初めての注意欠如・多動症(ADHD)症状をもつ大学生における抑うつ状態に対する対人関係カウンセリング(IPC)の有効性を検討した研究であった。本研究の結果より、IPCは傾聴を行うカウンセリングよりもADHD症状を持つ大学生の抑うつ状態を改善させる可能性が示された。よって、本研究は、学生相談などにおいて、ADHD症状を持つ大学生に対してIPCを行うことが有用であることの可能性を提示したと考える。今後、参加者数を増やした研究を進めていく必要がある。

研究成果の概要(英文)：This study examined whether interpersonal counseling (IPC) was effective for subthreshold depression in students with attention deficit/hyperactivity disorder (ADHD) tendencies. A number of participants were 12. They were divided into IPC (n=5) and control (n=7) groups. The IPC group showed a high effect size at 4- and 12-week follow-up in the change of the SDS total score. There was a significant difference between-group in the change of the SDS total score after 4 weeks.

研究分野：臨床心理学

キーワード：カウンセリング 抑うつ状態 注意欠如・多動症 若年成人層

## 1. 研究開始当初の背景

日本の若年成人層における自殺死亡率の減少は全年齢に比べ低く、自殺が死因の第1位を占めている<sup>1)</sup>。自殺の背景には抑うつ状態があるのは周知のことであるが、若年成人層においてはストレスコーピング能力の未熟さも考えられ、研究代表者らの調査<sup>2)</sup>では「問題解決の手段として自殺もありうる」と回答したものが30.0%と高い数字を示した。また、近年、ADHD傾向などの発達障害圏の大学生が抑うつ状態などを訴えて学生相談に来ることが増加している<sup>3)</sup>。

ADHDは成人における発達障害としては最も有病率が高い発達障害であり約3.4%といわれている。ADHDの基本症状は多動性、不注意、衝動性の3症状であるが、成人ADHDでは不注意、衝動性が残存しやすいといわれており、これらの症状のために対人関係の困難をきたしやすく、2次的に抑うつ状態を呈しやすい<sup>4)</sup>。ADHDの診断には至らないADHD傾向を持つ者の数はさらに多く、不適応から抑うつ状態を呈することがみられる<sup>3)</sup>。これらにより、ADHD傾向のある若年成人層の抑うつ状態に対するカウンセリング方法の有効性についての実証的研究が望まれる。

IPCは対人関係療法から派生したカウンセリング方法であり、具体的なストレスコーピングを習得させる要素をもち、うつ病の診断に至らない抑うつ状態に対する効果が科学的に検討されている。IPCは構造化(原則3回、1回50分)されたカウンセリング方法であり、非専門家でも習得が容易であることから、種々の相談場面で広く活用が可能と考えられるものである<sup>5)</sup>。よって、本研究の「問い」は、「ADHD傾向のある若年成人層の抑うつ状態には、通常の支持的カウンセリングよりIPCが有効であり、その効果はストレスコーピング能力の向上やADHDの症状変化と関連するのではないか」である。

## 2. 研究の目的

本研究の目的は、ADHD傾向のある若年成人層の抑うつ状態に対するIPCの効果と、その効果とストレスコーピング能力ならびにADHDの症状との関連を調べることである。

## 3. 研究の方法

ADHD傾向のある若年成人層を対象とした、IPCを行う群(IPC群)と通常の支持的カウンセリングを行う群(対照群)の2群における無作為化比較対照試験(RCT)を行った。

対象者は、研究参加時に18歳以上39歳未満の者、抑うつ的な訴えを持ち、カウンセリングが出来る心身の状態にある者、成人期のADHDの自己記入症状チェックリスト(ASRS-v1.1)にてADHD傾向があるとされた者、研究の趣旨を理解し研究参加への文章同意が得られる者とした。

対象者を無作為にIPC群と対照群に割付し、介入前評価(Zung Self-rating Depression Scale 日本語版 SDS、簡易抑うつ症状尺度 QIDS-J、Coping Inventory for Stressful Situation 日本語版 CISS、stop-signal task 負荷下での前頭葉血流の NIRS による測定)などを行った。IPCマニュアルに従い原則3回(1回50分)行う。全カウンセリング終了後に介入前と同様の評価を再度行った。

主要解析としては、従属変数を SDS 合計点および QIDS-得点、独立変数を介入前後、介入2群とした2元配置分散分析を行った。

## 4. 研究成果

当初、参加者数を30名と予定し、検証レベルのRCTを計画していたが、新型コロナウイルス感染症のため対面カウンセリング等の実施が困難となったため、12名の参加者で探索的にADHD傾向のある若年成人層の抑うつ状態に対するIPCの効果を検討した。

参加者12名のうち、5名に対人関係カウンセリング(IPC)を行い、7名に傾聴を主とするカウンセリングを行った。その結果、IPCを行った群も傾聴主とするカウンセリングを行った群も、カウンセリングを行う前と比べて、カウンセリング終了12週間後までの抑うつ状態を表す SDS 合計点に統計学的に有意な減少は認めなかった。しかし、IPCを行った群においては、カウンセリング終了4週間後において SDS 合計点の減少量は高い効果量を示し、傾聴を主とするカウンセリング群よりも有意に SDS 合計点が減少していた。また、IPCを行うと、反応抑制課題下での前頭前野の活動性が改善する可能性も示された。

本研究は、予備的ではあるが、国内外で初めてのADHD症状をもつ大学生における抑うつ状態に対するIPCの有効性を検討したものであった。その結果、IPCは傾聴を行うカウンセリングよりもADHD症状を持つ大学生の抑うつ状態を改善させる可能性が示され、今後、参加者数を増やした研究を進めていく必要性が示された。今回の結果は予備的ではあったが、学生相談などで、ADHD症状を持つ大学生に対してIPCを行うことが、学生の支援につながる可能性があると考えられた。

- 1) 内閣府 平成 30 年版自殺対策白書 第 1 章、第 2 節 若年層の自殺をめぐる状況  
<https://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/jisatsu/16/index.html> (2019 年 4 月 6 日閲覧)
- 2) Tsujimoto E, Taketani R, Yano K, Ono H. Relationship between Depression, Suicidal Ideation, and Stress Coping Strategies in Japanese Undergraduates. *International Medical Journal*, 22:268-272, 2015.
- 3) 米山直樹．高校から大学への移行期における発達的变化と環境変化が学校適応に及ぼす影響．平成 25 年度独立行政法人日本学生支援機構障害学生就学支援ネットワーク充実・強化事業 障害学生支援に関する調査研究 関西学院大学協力事業 - 報告書．2014.
- 4) 樋口輝彦、齊藤万比古 監修．成人期 ADHD 診療ガイドブック じほう 2013
- 5) Weissman M. M., Markowitz J. C., Klerman G. L. *The guide to interpersonal psychotherapy: updated and expanded edition*. New York, USA: Oxford University Press; 2017.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計11件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 竹谷怜子、辻本江美、山本亞実、上田ひとみ、坂根遥、辻井農亜、白川治、小野久江
2. 発表標題 対人関係カウンセリングの大学生の抑うつ状態への効果
3. 学会等名 第16回日本うつ病学会総会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 澤村勇希、川上卓朗、寺本航起、上田ひとみ、坂根遥、竹谷怜子、辻井農亜、白川治、小野久江
2. 発表標題 ADHD傾向の有無による対人関係カウンセリングの大学生の抑うつ状態への効果
3. 学会等名 第16回日本うつ病学会総会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 上田ひとみ、澤村勇希、川上卓朗、寺本航起、坂根遥、竹谷怜子、辻井農亜、白川治、小野久江
2. 発表標題 ASD傾向の有無による対人関係カウンセリングの大学生の抑うつ状態への効果
3. 学会等名 第16回日本うつ病学会総会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 寺本航起、坂根遥、川上卓朗、上田ひとみ、澤村勇希、竹谷怜子、山本亞実、辻井農亜、白川治、小野久江、
2. 発表標題 対人関係カウンセリングの大学生のコーピングスタイルへの効果
3. 学会等名 第19回日本認知療法・認知行動療法学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 川上卓朗、坂根遥、寺本航起、上田ひとみ、澤村勇希、竹谷怜子、山本亞実、辻井農亜、白川治、小野久江
2. 発表標題 大学生における対人関係カウンセリングの抑うつ状態に対する長期的効果
3. 学会等名 第19回日本認知療法・認知行動療法学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 澤村勇希、竹谷怜子、上田ひとみ、寺本航起、坂根遥、川上卓朗、竹谷怜子、山本亞実、辻井農亜、白川治、小野久江
2. 発表標題 ADHD傾向を持つ大学生の抑うつ状態に対する対人関係カウンセリングの長期的効果の検討
3. 学会等名 第17回日本うつ病学会総会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 上田ひとみ、竹谷怜子、澤村勇希、寺本航起、坂根遥、川上卓朗、竹谷怜子、山本亞実、辻井農亜、白川治、小野久江
2. 発表標題 ASD傾向を持つ大学生の抑うつ状態に対する対人関係カウンセリングの長期的効果の検討
3. 学会等名 第17回日本うつ病学会総会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 上田ひとみ、竹谷怜子、澤村勇希、寺本航起、川上卓朗、坂根遥、山本亞実、小野久江
2. 発表標題 ASD傾向を有する大学生の抑うつ状態に対する対人関係カウンセリングの効果発現時期の探索的検討
3. 学会等名 第18回日本うつ病学会総会 第21回日本認知療法・認知行動療法学会（同時開催）
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 澤村勇希、竹谷怜子、上田ひとみ、寺本航起、川上卓朗、坂根遥、山本亞実、小野久江
2. 発表標題 ADHD症状を有する大学生の抑うつ状態に対する対人関係カウンセリングの12週間後までの有効性の探索的検討
3. 学会等名 第18回日本うつ病学会総会 第21回日本認知療法・認知行動療法学会（同時開催）
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 小野久江、上田ひとみ、澤村勇希、寺本航起、川上卓朗、坂根遥、竹谷怜子
2. 発表標題 ASD傾向を示す定型発達大学生のstop-signal task負荷時の前頭前野の活動性
3. 学会等名 第43回日本生物学的精神医学会・第51回日本神経精神薬理学会 合同大会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 小野久江、澤村勇希、上田ひとみ、寺本航起、川上卓朗、坂根遥、竹谷怜子
2. 発表標題 ADHD症状を有する大学生に対する心理療法によるstop-signal task負荷時の前頭前野の活動性の変化 NIRSを用いた探索的検討
3. 学会等名 第43回日本生物学的精神医学会・第51回日本神経精神薬理学会 合同大会
4. 発表年 2021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

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
---------	---------