

## 科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成 25 年 5 月 24 日現在

機関番号：37111  
 研究種目：基盤研究（C）  
 研究期間：2010～2012  
 課題番号：22530781  
 研究課題名（和文）児童・思春期のメンタルヘルスリテラシーに関する国際比較と心理教育的支援  
 研究課題名（英文）International Comparison of and Psychology Education Support for the young people's mental health literacy  
 研究代表者：  
 吉岡 久美子（YOSHIOKA KUMIKO）  
 福岡大学・人文学部・准教授  
 研究者番号：60352374

研究成果の概要（和文）：本研究では、若者のメンタルヘルスリテラシー調査票日本語版を活用して児童・思春期（本研究では、高校生）を対象に調査を実施し、これまで実施してきた調査結果と比較したり、海外における若者のメンタルヘルスリテラシー教育について情報収集するなどして、普及啓発等心理教育的支援のポイントを探ることを目的とした。その結果、（1）若者のメンタルヘルスリテラシーの更なる向上をはかる必要性が確認されたこと、（2）教育については、何を伝えるのか、どのように伝えるのかといった教育内容の十分な検討が必要であること、（3）エビデンスを蓄積して、支援に関する効果検証を継続すること、（4）コミュニティレベルでの教育とターゲットを絞った教育の双方が連携しながら、根気強く展開されることが望まれることなどが明らかになった。

研究成果の概要（英文）：The objective of this study is to create a detailed proposal for supporting psychology education, such as raising public awareness regarding mental health literacy. The Japanese version of the questionnaire “Mental health literacy survey in young people” was used to gather data. The respondents to the survey were children and adolescents, specifically senior high students for this study. A comparison to previous studies conducted was done, and information was gathered regarding mental health literacy education of youth abroad. The results of the study have made the following clear: (1) there is a need to improve the mental health literacy of the youth; (2) in regard to education there is a need to examine the educational content required and which methods to use in order to instill mental health literacy, (3) to continue examining its effectiveness through accumulation of evidence and, (4) it is desired that linkage be established between community-level education and targeted education, and that they be developed together.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合計
2010 年度	1,800,000	540,000	2,340,000
2011 年度	600,000	180,000	780,000
2012 年度	600,000	180,000	780,000
年度			
年度			
総計	3,000,000	900,000	3,900,000

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：メンタルヘルスリテラシー、心理学的介入

## 1. 研究開始当初の背景

筆者は「精神保健の知識と理解に関する日豪比較共同研究」（平成15～18年度厚生労働省科研費）に分担研究者として参画し、また研究事務局の運営を担当し、一般住民と医療・福祉専門家の精神保健に関する認識度や態度について研究班で検討してきた。具体的には、まず日・豪の専門家集団で開発した調査票を活用して全国の一般住民2,000人を対象に訪問面接調査を実施し、地域調査の方法論の確立についてまとめたり、豪州で同時期に4,000人を対象に実施した調査結果と比較検討したりした。またこうした結果を踏まえ、豪州の普及啓発活動について調査を行い、今後の日本の課題についてまとめたりした。次に、同様の調査票を調査仕様に改変し精神科医、非精神科の専門家(一般医、福祉専門職、看護師など)を対象に全国調査を実施し、専門職ごとの特徴について把握した。

研究期間終了後もデータ解析を更に進め、日本版メンタルヘルスリテラシーの課題についての検討やメンタルヘルスに関する原因帰属がスティグマや社会的距離にどのような影響を与えるのかについてのモデルの作成などを進めてきた。

こうした研究成果を土台にしながら、平成19年度以降は対象を学校現場に移して、研究を進めている。「学校現場におけるメンタルヘルスリテラシーに関する心理教育的研究」（平成19・20年度日本学術振興会科研費）においては、学校関係者(教員)のメンタルヘルスリテラシーに関する調査を実施し、学校関係者のメンタルヘルスリテラシーの特徴について明らかにした。

## 2. 研究の目的

以上のような一連の研究を踏まえ、「児童・思春期のメンタルヘルスリテラシーに関する国際比較と心理教育的研究」（平成22～24年度日本学術振興会科研費）においては、児童・思春期の人たち(本研究では高校生)のメンタルヘルスリテラシー(メンタルヘルスに関する知識、理解、態度)に着目した。彼ら・彼女らのメンタルヘルスリテラシーの向上は、自殺予防や心の健康の基盤作りの支援の一助になるのではないかと考えた。しかしながらこれまでは、それに関する一般化できる情報は乏しく、諸外国との比較可能性をもつ調査は行われてこなかった。

そこで本研究では、豪州で開発された若者のメンタルヘルスリテラシー調査票の日本語版調査票を開発し、それを活用して児童・思春期(本研究では高校生)のメンタルヘルスリテラシー調査を実施し、その結果を検討したり海外におけるメンタルヘルスリテラシー教育について情報収集を行うなどして、普及啓発等心理教育的支援を探ることを目的とした。

## 3. 研究の方法

研究計画1年目は、調査を実施した。本調査の意義を理解し、調査に協力してくれる調査協力校(高等学校)を対象に行った。調査実施前は、協力校の管理職、学年主任、養護教諭、スクール・カウンセラーと複数回打ち合わせを行った。調査後は、学校の希望に応じてメンタルヘルスに関する講演を行った。予備的解析も行った。

研究計画2年目は、次の2点を柱に研究を進めた。第一に、研究計画1年目に実施した調査結果の解析を更に進め、これまで行ってきた結果と比較したり、豪州で既に実施されていた調査結果を参考にしながら、その特徴についてまとめた。第二に、日本における調査結果をもとに、海外で意見交換したり、情報交換を行いながら、日本における心理教育的支援のポイントについて整理した。

研究計画3年目は、これまでの研究をまとめ、普及啓発等心理教育的支援のポイントについて総括した。

## 4. 研究成果

(1) 国内で実施した調査結果からは次のようなことが明らかになった。

### ①事例の認識について

事例の認識は、事例の種別を問わず、また豪州の若者のデータを参考値としても低い認識度であった。また、他のグループ(日本の20代)との比較した結果、例えばうつ病事例への認識については、「ストレス」と認識する割合が高い(30%以上)などの特徴がみられた。

### ②支援を求めにくい要因について

支援を求めることに対する恥ずかしさや心配をあげた割合が最も高かった。

### ③支援への希求性について

事例の別を問わず、支援の希求性は男性60%以上、女性80%以上であった。

### ④有効な支援者について

専門家以外に、家族、仲のよい友人の割合が高かった。また20代の結果と比較すると、

「自分自身で解決する」の割合が約40%と高かった。

⑤メンタルヘルスに関する新しい情報について

学校であまり見聞きしていない人の割合が高かった。

(2) 海外における情報収集や意見交換等の結果からは、次のようなことが示唆された。

①メンタルヘルスを守り育てるための支援について

学校内での支援の工夫は勿論、コミュニティの中で若者がアクセスしやすい環境づくりを行うことも重要である。海外においては、NGO(NPO)の活動が活発であり、公私が役割分担しながら、社会全体で継続して普及啓発活動を展開していた。

②発信される情報(例えばインターネット等)の質について

発信される情報の質の検討は極めて重要である。発信される情報が不適切だと、スティグマがかえって助長されたり、援助を遠ざけることにつながる可能性がある。

③支援の継続的検証の必要性について

支援の効用や課題の確認のため、継続した検証が必要である。

(3) 以上から次のように総括した。

①若者のメンタルヘルスリテラシーの更なる向上をはかる必要がある。

②教育については、何を伝えるのか、どのように伝えるのかといった教育内容の十分な検討が必要である。

③エビデンスを蓄積して、支援に関する効果検証を継続して行うことが求められる。

④コミュニティレベルでの教育とターゲットを絞った教育の双方が連携しながら、社会全体で根気強く支援が展開されることが望まれる。

## 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5件)

①吉岡久美子 (2013) 海外におけるメンタルヘルスリテラシー教育—コミュニティを対象とした教育に焦点を当てて—, 精神科, 22, 7-11. (査読有)

②吉岡久美子・三沢良 (2012) 精神疾患に関するスティグマの影響モデルの検証—うつ病の原因帰属と社会的距離の関連性—, 健康心理学研究(日本健康心理学会), 25, 93-103. (査読有)

③吉岡久美子 (2012) 若者のメンタルヘルスリテラシーに関する普及啓発活動の展開, 福

岡大学研究部論集, 5, 29-33. (査読無)

④中根秀之・吉岡久美子・中根允文(2011): 日本と豪州における精神保健の知識と理解, 日本精神神経学会雑誌(日本精神神経学会) 110(5), 378-387. (査読有)

⑤吉岡久美子(2011) メンタルヘルスリテラシーとコミュニティ, 福岡大学臨床心理学研究, 10, 3-7. (査読無)

[学会発表] (計4件)

①YOSHIOKA KUMIKO(2012) Young people's Mental health literacy in Young people, 15<sup>th</sup> International Philosophy Psychiatry Conference. University of Otago, Dunedin (New Zealand). 7月5日~7日.

②吉岡久美子・中根允文・中根秀之(2012) 豪州でのメンタルヘルスリテラシーに関する普及啓発活動の展開—日豪比較共同研究を踏まえて—, 日本社会精神医学会第30回大会. 学際総合センター, 東京. 3月16日.

③吉岡久美子 (2012) 若者のメンタルヘルスリテラシーに関する日豪研究, 日本カウンセリング学会第45回大会. 麗澤大学, 千葉. 10月28日.

④吉岡久美子(2011) 若者のメンタルヘルスリテラシーに関する研究, 日本心理臨床学会第30回大会. 福岡国際センター, 福岡. 9月4日.

[図書] (計3件)

①吉岡久美子(2012): レジリエンス, 人間性心理学ハンドブック(人間性心理学会編, 創元社), 428, 2012.

②吉岡久美子(2011) 介護者のメンタルヘルス, 心理臨床学事典(日本心理臨床学会編, 丸善出版), 590-591.

③吉岡久美子(2010) 日本人のメンタルヘルスリテラシー, こころのバリアフリーを目指して—日本人にとってのうつ病, 統合失調症—, 中根允文・吉岡久美子・中根秀之共著(勁草書房) 15-43.

[産業財産権]

○出願状況(計0件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号:

出願年月日:

国内外の別:

○取得状況(計0件)

名称:

発明者:

権利者：  
種類：  
番号：  
取得年月日：  
国内外の別：

〔その他〕  
ホームページ等  
特になし。

## 6. 研究組織

### (1) 研究代表者

吉岡 久美子 (YOSHIOKA KUMIKO)

福岡大学・人文学部・准教授

研究者番号：60352374

### (2) 研究分担者 0 名

なし

### (3) 連携研究者 0 名

なし