

様 式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19（共通）

科学研究費助成事業 研究成果報告書



平成 30 年 8 月 30 日現在

機関番号：12601

研究種目：研究活動スタート支援

研究期間：2016～2017

課題番号：16H06708

研究課題名（和文）大学生のうつ病に対するファーストエイドの心理教育プログラムの開発

研究課題名（英文）Development of a psychoeducational intervention program for first aid towards university students with depression.

研究代表者

河合 輝久（Kawai, Teruhisa）

東京大学・学生相談ネットワーク本部・特任助教

研究者番号：60780509

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，大学生のうつ病に対するファーストエイド（FA）の理論的基盤に基づく心理教育プログラム作成に向けて，わが国の大学生のうつ病に対するFAの実態把握に加え，FAの実行回避の関連要因の影響を実証的に分析した。これらの研究知見に基づき，うつ病の状態や症状を呈する友人の過小評価に関連する要因や当該友人への推奨FAの実行促進および有害な対応の抑制に関連する要因への介入を重視したFAの心理教育プログラムを作成した。

研究成果の概要（英文）：To develop evidence-based program for first aid towards university students with depression, We conducted a survey to clarify actual condition of the first aid strategies of depression in a close friend among Japanese university students and factor associated with intention about first aid. Based on the findings in this study, a psychoeducational intervention program for first aid towards university students with depression was developed. The program was focused on the intervention in the factor of overlooking depressive symptoms in a close friend and promoting or interfering with first-aiding intention for friends with depression.

研究分野：臨床心理学

キーワード：大学生 うつ病 ファーストエイド 心理教育プログラム

1. 研究開始当初の背景

全国の各大学・短期大学および高等専門学校 1183 校を対象にした調査では、調査協力校の 85.9%が「悩みを抱えていながら相談に来ない学生への対応」を学生相談に関する今後の課題として特に必要性が高いと回答している（行政法人日本学生支援機構，2014）。「悩みを抱えていながら相談に来ない」傾向はうつ病においても指摘されており、特に大学生の抑うつ・うつ病の早期発見と早期対応は極めて重要といえる。それは、大学生において抑うつやうつ病は稀ではなく、うつ病を含む気分障害は、大学生の休・退学の理由が精神障害である場合に最多であり、自殺の背景要因でもある（内田，2011）ためだ。また、うつ病の診断基準を満たさない程度の軽度抑うつ状態も生活機能を低下させる（Judd, Schettler, & Akiskal, 2002）。大学生の抑うつ・うつ病の早期発見と早期対応にあたって、メンタルヘルス・ファーストエイド（以下、FA）という概念が注目されている。これは、「メンタルヘルス（心の健康）の問題を抱えている人に対して、専門家による支援の前に提供する支援」（Kitchener & Jorm 2002 メンタルヘルス・ファーストエイド・ジャパン 訳 2012）であり、わが国の自殺・うつ病対策における「ゲートキーパー機能の充実と地域連携体制の構築」（厚生労働省，2010）の基礎概念でもある。大学生は自らの抑うつ症状について、専門家ではなく身近な友人や家族を相談相手として選好する（e.g. 木村・梅垣・水野，2014）。そのため、友人は大学生の抑うつ症状の早期発見と早期対応における援助資源であり、先述した大学の学生相談における課題の解決にあたって重要な役割を担っている。しかし、FA という概念自体が比較的新しく、海外由来の概念であることから、海外における実態調査が多く、介入によって変容可能な変数に着目した要因分析は少なく、その基礎研究や応用研究は発展途上にある。特に、わが国の大学生の抑うつ症状における実行可能かつ有効な FA は見出されておらず、その実行および回避に至るまでどのような認知過程を経るかを検討した研究も存在しなかった。そのため、わが国の大学生の抑うつ症状に対する有効かつ実行可能な FA とそのような FA の生起過程を明らかにし、その成果を大学教育に還元して大学生の抑うつ症状の早期発見と早期対応において友人を機能させることが必要である。

2. 研究の目的

申請者はこれまでの研究にて、大学生が抑うつ症状を呈する友人の症状を見過ごす過程や当該友人にファーストエイドを実行回

避する過程に関する仮説的知見を示してきた。具体的には、「抑うつ症状を呈する友人に情緒的に巻き込まれることを恐れ、普段通りの友人に着目し抑うつ症状を見過ごす」や「抑うつ症状を呈し始めた友人を援助する利益、援助しないリスクを予期すると、当該友人に FA を提供する一方、当該友人を援助するリスク、援助しない利益を意識すると、当該友人に FA を提供せず、距離を置いたり過度に配慮したりする」や「専門的治療・援助の利用を勧めるリスクや当該友人が専門的治療・援助を利用することに伴うリスクを予期する場合には専門的治療・援助の利用を勧めない」などの仮説であった。そこで、その研究成果に加え、上記問題意識に基づき、本研究では、大学生のうつ病に対する FA の理論的基盤に基づく心理教育プログラムを作成することを目的とする。具体的には、下記の通りである。

- (1) わが国の学生におけるうつ病への F に関する実態を明らかにする。
- (2) 抑うつへの情緒的巻き込まれの恐れ尺度を作成し、うつ病の兆候・症状を呈する者に対する認識・評価過程に影響を及ぼすかを量的に検討する。
- (3) 抑うつ症状を呈する者に対する援助の実行回避に伴う結果予期の内容を質的および量的に検討する。
- (4) FA のうち、「専門的な治療・援助を求めるよう勧める」について、その実行・回避に伴う結果予期尺度を作成し、「専門的な治療・援助を求めるよう勧める」意図に影響を及ぼすかを量的に検討する。なお、本研究では、大学生に身近な専門的な治療や援助に関する機関として、学生相談機関に着目した。
- (5) (1) - (4) の研究結果を理論的基盤とし、それに基づくプログラムを開発する。

3. 研究の方法

(1) 実態調査

- ①調査対象者：インターネット調査会社にモニタ登録している大学生 1500 名
- ②調査手続き：うつ病の状態や症状を呈する人物が描かれた想定場面（以下、うつ病事例）を用いた質問紙調査
- ③使用尺度：うつ病事例のような友人の有無、うつ病事例に対する援助実行の有無、うつ病事例に対する FA 方略（自由記述）、うつ病事例に対する認知（選択式回答）、うつ病事例に対する各 FA 方略の意図、うつ病事例経験および専門家への援助要請経験の有無

(2) 情緒的巻き込まれの恐れ尺度の作成と他変数との関連

- ①調査対象者：インターネット調査会社にモニタ登録している大学生 1000 名（有効回答者数 866 名：男女 433 名，平均年齢（*SD*）=21.32 歳（2.22））
- ②調査手続き：うつ病事例を用いた想定場面法による質問紙調査
- ③使用尺度：うつ病事例に対する認知（選択式回答），原因帰属の程度，楽観的見通しの程度，うつ病事例の深刻さの程度，専門家への援助要請の必要性の程度，身近な友人の抑うつ症状への情緒的巻き込まれの恐れ尺度，日本語版 ACS（「抑うつ」尺度），不快情動回避心性尺度，情動共感性尺度（「感情的被影響性」尺度）

（3）援助の実行回避に伴う結果予測の質的・量的検討

- ①調査対象者：インターネット調査会社にモニタ登録している大学生（調査 1 の予備調査は 500 名：男性 201 名，女性 295 名，その他 4 名，平均年齢（*SD*）=21.34 歳（2.07）；本調査は 196 名：男女 98 名，平均年齢（*SD*）=20.95（2.02）；調査 2 は 305 名：男性 152 名，女性 153 名，平均年齢（*SD*）=20.35（1.21））
- ②調査手続き：うつ病事例を用いた想定場面法による 2 つの質問紙調査（調査 1，調査 2）
- ③使用尺度：うつ病事例に対する援助の実行回避に伴う利益リスク（自由記述，予備調査で使用），抑うつ症状を呈する友人への援助の実行回避に伴う利益リスク予期尺度（調査 1,2 で使用），援助評価尺度（調査 1 で使用），Link ステイグマ尺度（調査 1 で使用），身近な友人の抑うつ症状への情緒的巻き込まれの恐れ尺度（調査 2 で使用），うつ病事例に対する認知（調査 2 で使用），うつ病事例に対する各 FA 方略意図（調査 2 で使用）

（4）学生相談機関の利用勧奨に関する結果予測の質的・量的検討

- ①調査対象者：インターネット調査会社にモニタ登録している大学生（調査 1 の予備調査は 500 名：男性 201 名，女性 295 名，その他 4 名，平均年齢（*SD*）=21.34 歳（2.07）；本調査は 195 名：男性 96 名，女性 99 名，平均年齢（*SD*）=21.30（2.06）；調査 2 は 310 名：男女 155 名，平均年齢（*SD*）=20.36 歳（1.20））
- ②調査手続き：うつ病事例を用いた想定場面法による 2 つの質問紙調査（調査 1，調査 2）
- ③使用尺度：うつ病事例に対する学生相談機関の利用勧奨に関する利益リスク（自由記述，予備調査で使用），抑うつ症状を呈する友人への学生相談機関の利用勧奨に関する利益リスク予期尺度（調査 1,2 で使用），心理専門職への援助要請に対する態度尺度（調査 1 で使用），学生相談機関イメー

ジ尺度（調査 1 で使用），学生相談機関の利用メリット尺度（調査 2 で使用），うつ病事例に対する認知（調査 2 で使用），うつ病事例に対する学生相談機関の利用勧奨意図（調査 2 で使用） 等

（5）プログラムの作成

既存の介入プログラムに関するレビュー（Jorm, Kitchener, Kanowski, Kelly, 2007）を参考に，（1）から（4）の研究知見から既存の介入プログラムを再考し，新たに大学生のうつ病に対するファーストエイドの心理教育プログラムを考案する。

4. 研究成果

（1）実態調査

主要な結果は次の通りであった。第一に，うつ病事例に対する選択肢の回答の割合を算出した結果，調査協力者の 26.14%しかうつ病を正しく認知できていなかった。第二に，自由記述データについて KJ 法を援用して分類し，うつ病事例に対する各 FA 方略意図を算出した結果，実際に実行あるいは意図されていたファーストエイド方略の多くが傾聴に関する方略であった。一方，希死念慮の確認や専門家の利用勧奨やセルフヘルプ方略の勧奨に関するファーストエイド方略を実行あるいは意図していた者は少なかった。総じて自分自身の心身の健康を尊重しながら推奨されているファーストエイド方略を網羅的に実行しようとする者は少なかった。第三に，ロジスティック回帰分析の結果，「判断，批判せずに友人の話を聴く」，「友人自身のできる対処法を勧める」という方略を除き，うつ病を認知できる者ほど，推奨されているファーストエイド方略を実行しようとしていた一方，推奨されていないファーストエイド方略を実行しようとしていなかった。以上から，日本人大学生のファーストエイド方略は改善の余地が残ることが示唆された。

（2）情緒的巻き込まれの恐れ尺度の作成と他変数との関連

うつ病事例の認知の可否によって，うつ病認知群・うつ病未認知群に分類し，各群において作成尺度の因子構造が同一であるか，各群における作成尺度と原因帰属やそれに基づく予後の評価，深刻さ評価，専門家への援助要請の必要性との関連性を検討した。尺度作成では多母集団同時分析による確認的因子分析の結果から，各群とも「直面化回避志向」と「共鳴懸念」の 2 因子構造から成ると考えることが妥当であった（適合度は CFI=.943，RMSEA=.062）。因子間相関は $r=.60$ と高い正の関連を示したが，外的側面の証拠となる構成概念とはそれぞれ異なる関連を示したことから，両因子は概念的に異なる性質を有することが示唆された。また，

両因子とも十分な信頼係数を示し ($\alpha s=.78$ — $.82$), 内的整合性の観点で一定の信頼性があることが示された。また, 共分散構造分析の結果, 作成尺度のうち, 「直面化回避志向」は, 各群とも, 抑うつ症状を示す友人に対する楽観的見通し, 深刻度評価, 専門家への援助要請の必要性和有意な負の関連を示した。一方, 「共鳴懸念」は, 各群とも, 抑うつ症状を示す友人に対する深刻度評価と有意な正の関連を示した。以上から, 友人のうつ病を認知できる大学生でも, 当該友人に相對することを回避しようとする者は, 当該友人を過少評価することが示唆された。

(3) 援助の実行回避に伴う結果予期の質的・量的検討

調査 1 の予備調査にて収集された自由記述データについて KJ 法を援用して分析した結果, 友人有群と友人無群から得られたカテゴリー内容は質的に類似していた。これらカテゴリーのうち, 記述数の占める割合が記述数合計の 10%以上であったカテゴリーである「状態好転予期」, 「友人関係への肯定的影響予期」, 「友人の自尊心脅威予期」, 「自己犠牲予期」, 「援助無効・有害予期」, 「自己防衛予期」, 「自助努力促進予期」, 「否定的影響回避予期」, 「危機予期」, 「信頼喪失予期」, 「心理的負担予期」に基づき, 計 73 項目を作成した。

調査 1 の本調査にて, 作成尺度に対して探索的因子分析を行った結果, 「援助による回復」, 「援助に対する否定的反応・影響」, 「援助による被負担」, 「非援助による過干渉回避」, 「非援助による重篤化」, 「非援助による信頼喪失」といった 6 因子が抽出された。各因子とも高い信頼性係数が示され ($\alpha s>.80$), 尺度の妥当性の一部 (外的側面の証拠) と内的整合性が確認された。

調査 2 では, うつ病事例に対する認知の可否に基づき, うつ病認知群とうつ病未認知群に分類し, 研究 1 の作成尺度の因子構造について小包化を用いた多母集団同時分析による確認的因子分析を行った結果, 許容範囲内の適合度が示され ($CFI=.896$, $RMSEA=.074$), 尺度の構造的側面の証拠の一部が確認された。また, 対比分析の結果, 各群とも, 援助実行に伴う利益 (「援助による回復」) と援助回避に伴うリスク (「非援助による重篤化」, 「非援助による信頼喪失」) をより予期する群は, それらの予期よりも援助実行に伴うリスク (「援助に対する否定的反応・影響」, 「援助による被負担」) と援助回避に伴う利益 (「非援助による過干渉回避」) を予期する群に比べて, 推奨ファーストエイド方略の実行意図が強く, 非推奨ファーストエイド方略の実行意図が弱かった。以上から, 友人のうつ病を認知できるか否かに関わらず, 援助の実行リスクおよび援助の回避利益の予期が FA の実行回避の関連要因として機能することが示唆された。

(4) 学生相談機関の利用勧奨に関する結果予期の質的・量的検討

調査 1 の予備調査にて収集された自由記述データについて KJ 法を援用して分析した結果, 友人有群と友人無群から得られたカテゴリー内容は質的に類似していた。これらカテゴリーのうち, 記述数の占める割合が記述数合計の 10%以上であったカテゴリーである「回復解決の有益性」・「援助資源の拡大」(以上, 利用勧奨に伴う利益予期), 「友人の自尊心脅威予期」・「関係希薄化・悪化」(以上, 利用勧奨に伴うリスク予期), 「コミュニティ支援促進」・「友人の自主性尊重」・「被負担回避」(以上, 利用非勧奨に伴う利益予期), 「回復解決手段喪失」・「罪悪・後悔」(以上, 利用非勧奨に伴うリスク予期) に基づき, 計 42 項目を作成した。

探索的因子分析の結果, 「回復解決への有益性」, 「否定的反応・解釈」, 「友人の自主性尊重」, 「被負担回避」, 「専門家からの被援助機会の喪失」といった 5 因子から成る尺度が作成された。各因子とも高い信頼性係数が示され ($\alpha s>.80$), 尺度の妥当性の一部 (外的側面の証拠) と内的整合性が確認された。

調査 2 では, うつ病事例に対する認知の可否に基づき, うつ病認知群とうつ病未認知群に分類し, 調査 1 の作成尺度の因子構造について小包化を用いた多母集団同時分析による確認的因子分析を行った結果, 十分な適合度が示され ($CFI=.957$, $RMSEA=.047$), 尺度の構造的側面の証拠の一部が確認された。また, 重回帰分析の結果, うつ病事例の認知の可否に関わらず, 「回復解決への有益性」は利用勧奨意図と正の関連が, うつ病認知群においてのみ「被負担回避」は利用勧奨意図と負の関連が, うつ病未認知群においてのみ「専門家からの被援助機会の喪失」は利用勧奨意図と負の関連が認められた。以上から, 友人のうつ病を認知できるか否かに関わらず, 当該友人への学生相談の利用勧奨においてはその利益予期が重要であることが示唆された。

(5) プログラムの作成

本研究成果 (1) — (4) に基づき, 既存の介入プログラムを再考し, 下表のような心理教育プログラムが構成された。

表 大学生のうつ病に対する FA の心理教育プログラムの内容

1. うつ病の説明
2. 他者のうつ病の認知の仕方
3. FA の紹介とワーク
4. FA の実行回避に伴う利益リスク予期の把握とワーク
5. 学生相談機関の紹介
6. 学生相談機関の利用勧奨に関する利益リスク予期の把握とワーク

上記プログラムのうち、「2.他者のうつ病の認知の仕方」では、研究成果（2）に基づき、他者のうつ病を認知する上での情緒的巻き込まれの恐れの一面的な機能を説明する。また、「FA の実行回避に伴う利益リスク予期の把握とワーク」および「学生相談機関の利用勧奨に関する利益予期の把握とワーク」では、研究成果（3）および（4）に基づき、作成尺度を使用し受講者が各利益リスクをどの程度予期しているかを把握した上で、各利益リスクの内容と機能を説明し、受講者自身が予期している各利益リスクについて検討してもらう。これらの点が既存の介入プログラムとは異なる独自の点である。

5. 主な発表論文等
〔雑誌論文〕（計 0 件）
該当なし

〔学会発表〕（計 4 件）
河合 輝久，学生相談機関の利用勧奨に伴う利益とリスク予期尺度の作成，日本教育心理学会第 60 回総会，2018 年 9 月（発表予定）

河合 輝久，抑うつ症状を呈する身近な友人への援助の実行回避の結果予期—予期される利益とリスクに関する自由記述の分析—，日本コミュニティ学会第 21 回大会，2018 年 7 月（発表予定）

河合 輝久，大学生における身近な友人の抑うつ症状への情緒的巻き込まれの恐れ—症状の深刻度評価，援助要請の必要性，援助自信との関連の検討—，日本教育心理学会第 59 回総会 2017 年 10 月

河合 輝久，大学生のうつ病に対するファーストエイドの実態調査，日本コミュニティ心理学会第 20 回記念大会，2017 年 7 月

〔図書〕（計 0 件）
該当なし

〔産業財産権〕

○出願状況（計 0 件）
該当なし

○取得状況（計 0 件）
該当なし

〔その他〕
該当なし

6. 研究組織
(1)研究代表者
河合輝久（KAWAI, Teruhisa）
東京大学 学生相談ネットワーク本部 ピアサポートルーム 特任助教
研究者番号：60780509

(2)研究分担者
該当なし

(3)研究協力者
該当なし