

令和元年6月6日現在

機関番号：34504

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2018

課題番号：16K04406

研究課題名(和文) 若年層における対人関係カウンセリングのストレスコーピング能力向上効果

研究課題名(英文) Study of IPC for Stress Coping in Young Adults

研究代表者

小野 久江 (ONO, Hisae)

関西学院大学・文学部・教授

研究者番号：40324925

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,500,000円

研究成果の概要(和文)：若年成人層のストレス対応方法について、対人関係カウンセリングは論理的なストレス対応を増加させ情緒的なストレス対応を減少させることが示された。一方、通常の支持的カウンセリングはストレス対応方法を変化させなかった。抑うつ状態については、対人関係カウンセリングも通常の支持的カウンセリングも同じように抑うつ状態を改善した。抑うつ状態に対する長期的効果については、対人関係カウンセリングが優れている可能性が示された。また、自閉症スペクトラム傾向や注意欠如・多動症傾向の有無でカウンセリングへの反応性の違いが示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

若年成人層の抑うつ状態や自殺の背景には、ストレスに対する対応能力の未熟さが考えられている。カウンセリングなどでストレスに対する対応能力を改善させることができれば、抑うつ状態の改善や自殺予防につながると考えられる。今回の研究では、対人関係カウンセリングは論理的なストレス対応の力を向上させ、感情に流されるストレス対応を減少させ、抑うつ状態を改善させることが示された。対人カウンセリングは、非専門家でも習得が容易であり種々の相談場面で広く活用が可能と考えられるカウンセリング法であることから、今後広く若年成人の精神保健に貢献できる研究結果が得られたと考えた。

研究成果の概要(英文)：Regarding stress-copings in young adults, interpersonal counseling increased logical stress-copings and decreased emotional stress-copings, on the other hand supportive counseling did not change any stress-copings. Regarding depression, both of interpersonal counseling and supportive counseling improved depressive level, and there were no differences of the efficacy in the two counseling groups. Interpersonal counseling showed the possibility that it may be superior for long-term effects on depression. In addition, the difference was found in the responsiveness to counseling by the presence of ASD and ADHD.

研究分野：臨床心理学 精神医学

キーワード：心理学的介入 カウンセリング ストレスコーピング 抑うつ状態 若年層成人 自殺予防

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

日本の自殺死亡者数は、平成26年には3万人を切り、若年層の自殺死亡率も緩やかに低下している。しかしながら、若年成人層におけるピーク時からの自殺死亡率減少率は全年齢に比べ低く、自殺が死因の第1位を占めている。さらに、若年成人層では自殺容認傾向が高く、研究代表者の調査でも、「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%となり、問題解決能力の未熟さが自殺容認傾向の背景にある可能性が示されている。

自殺の成因として、生物学的・心理社会的ストレス因子と、ストレスコーピングを含めた個人の特質の関連を考える「ストレス-素因モデル」が提唱されている。研究代表者は、かねてより素因に着目し、分子生物学的手法を用いてモノアミン神経系の遺伝子多型と自殺との関連研究を行ってきた。その結果、衝動性・攻撃性が高い遺伝素因を持つ者は、自殺のリスクが高い可能性を見出した。さらに、調査研究においても、自殺容認傾向が高い若年層では、情動的なストレスコーピング傾向が強く、論理的なストレスコーピングが低いことが示された。これより、若年成人層ではストレスコーピング能力の向上が自殺予防に役立つ可能性がと考えられた。

一方、対人関係カウンセリング(IPC)は、非専門家でも習得が容易であり種々の相談場面で広く活用が可能と考えられるカウンセリング法である。IPCにより、ストレスコーピング能力が向上すれば、若年成人層の自殺関連行動の予防に広く貢献できるものと考え、研究代表者は、若年成人層におけるIPCのストレスコーピング能力に対する効果の探索的検討を今まで行ってきた。その結果、通常のカウンセリングでは変化しなかった論理的なストレスコーピングがIPC後には増加する可能性が示され、この結果を検証する必要があると考えられた。

2. 研究の目的

- (1) IPCのストレスコーピングおよび抑うつ状態に対する効果を通常のカウンセリングと比較し検証することを主目的とした
- (2) IPCの抑うつ状態に対する長期的効果を通常のカウンセリングと比較し検討することを副次的目的とした
- (3) 自閉症スペクトラム障害(ASD)傾向と注意欠如・多動症(ADHD)傾向を考慮して、IPCの抑うつ状態への効果を探索的に検討することを副次的目的とした。

3. 研究の方法

- (1) 単盲検無作為化比較試験：18歳以上39歳以下を対象とし、対人関係カウンセリングを行う群(interpersonal counseling: IPC群)と通常のカウンセリングを行う群(counseling as usual: CAU群)に無作為に振り分け、それぞれのカウンセリング前後の2群間のストレスコーピング能力をCoping Inventory for Stressful Situations(CISS)で評価し、抑うつ状態をZung Self-Rating Depression Scale(SDS)合計点で評価した。また、脳血流量の変化は10極NIRS(光トポグラフィ)で検討した。
- (2) フォローアップ試験：それぞれの心理学的介入終了後、4、8、12週後にSDS合計点の評価を行った。
- (3) 部分解析：ASD傾向あり群となし群とADHD傾向のあり群となし群で、それぞれの心理学的介入のSDS合計点への効果を探索的に調べた。

4. 研究成果

- (1) 単盲検無作為化比較試験
 - ・ ストレスコーピング能力(CISS得点): IPC群(n=33)と、CAU群(n=29)で、群(IPC群、CAU群)および時期(介入前、介入後)で2元配置分散分析を行った結果、有意な交互作用は示されなかったが、CISS課題優先対処得点はIPC群のみで有意に増加し、CISS情緒優先対処得点はIPC群のみで有意に減少した。CISS回避優先対処得点では有意な変化は認められなかった。これよりIPCによって論理的なストレス対応が増加し情緒的なストレス対応が減少する可能性が考えられた。
 - ・ 抑うつ状態(SDS合計点): IPC群(n=34)と、CAU群(n=32)で、群(IPC群、CAU群)および時期(介入前、介入後)で2元配置分散分析を行った結果、有意な交互作用は示されず、IPC群でもCAU群でもSDS合計点が有意な減少を示した。IPCは大学生の抑うつ状態に対して通常のカウンセリングと同様に有用と考えた。
 - ・ 脳血流量の変化: 10極NIRS(光トポグラフィ)で測定した脳血流量での変化に有意なものは示さなかった。今後、解析方法に工夫しさらなる検討を行う。
- (2) フォローアップ試験(SDS合計点)
 - ・ IPC群(n=18)と、CAU群(n=17)で、群(IPC群、CAU群)および時期(介入前、介入直後、4週間後、8週間後、12週間後)の2元配置分散分析の結果、交互作用ならびに群の主効果は認められなかったが、時期の主効果が示され、SDS合計点はCAU群で減少傾向、IPC群では有意な減少が認められた。大学生の抑うつ状態に対してIPCの長期的効果の可能性が示された。今後、ストレスコーピングについても長期的変化を検討する。

(3) 部分解析

- ASD 傾向: Quotient 日本語版自閉症スペクトラム指数で ASD 傾向を評価し、平均値 20 点を基準として ASD 傾向あり群 (n = 20) となし群 (n = 20) に分けた。SDS 合計点を従属変数とし、介入方法、介入前後、ASD 傾向有無で 3 元配置分散分析を行った。ASD 傾向有無の主効果が示されたが、因子間に有意な交互作用を認めなかった。多重比較では、ASD 傾向あり群のみで介入後に SDS 合計点が有意に減少し、ASD 傾向のある大学生の抑うつ状態に対して IPC が有用な可能性が示された。
- ADHD 傾向: 成人期の ADHD の自己記入式症状チェックリストを用い ADHD 傾向あり群 (n = 11) となし群 (n = 29) に分けた。SDS 合計点を従属変数とし、介入方法、介入前後、ADHD 傾向有無で 3 元配置分散分析を行った。因子間に有意な交互作用を認めなかったが、ADHD 傾向有無の主効果が示され、ADHD 傾向なし群のみが CAU 介入で SDS 合計点が有意に減少する傾向を示した。ADHD 傾向の有無で IPC および通常のカウンセリングに対する反応性の違いがある可能性が示唆された。

(4) 安全性

- IPC 群ならびに CAU 群ともに有害事象は生じなかった。

< 引用文献 >

- 内閣府 平成 27 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
<http://www8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/whitepaper/w-2015/pdf/honbun/index.html>
(2015 年 10 月 1 日閲覧)
- 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.
- Ono H, Shirakawa O, Kitamura N, Hashimoto T, Nishiguchi N, Nishimura A, Nushida H, Ueno Y, Maeda K. Tryptophan hydroxylase immunoreactivity is altered by the genetic variation in postmortem brain samples of both suicide victims and controls. *Molecular Psychiatry*. 7:1127-1132, 2002.
- Ono H, Shirakawa O, Nushida H, Ueno Y, Maeda K. Association between catechol-O-methyltransferase functional polymorphism and male suicide completers. *Neuropsychopharmacology*. 29:1374-1377, 2004.
- 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.
- Ami Yamamoto, Emi Tsujimoto, Reiko Taketani, Noa Tsujii, Osamu Shirakawa, Hisae Ono. The Effect of Interpersonal Counseling for Subthreshold Depression in Undergraduates: An Exploratory Randomized Controlled Trial. *Depression Research and Treatment*. 2018, 10.1155/2018/4201897.

5 . 主な発表論文等

[雑誌論文] (計 11 件)

- 上田ひとみ、小野久江 . コラム法が大学生の抑うつ気分にあぼす効果の検討 . 関西学院大学心理科学研究、45、37-41、2019. 査読無し .
- 澤村勇希、小野久江 . 腹式呼吸が大学生の日常的抑うつ状態にあぼす効果の検討 . 関西学院大学心理科学研究、45、43-47、2019. 査読無し .
- Emi Tsujimoto, Noa Tsujii, Wakako Mikawa, Hisae Ono, Osamu Shirakawa. Discrepancies between self- and observer-rated depression severities in patients with major depressive disorder associated with frequent emotion-oriented coping responses and hopelessness. *Neuropsychiatr Dis Treat*. 14, 2331-2336, 2018. 10.2147/NDT.S175973. 査読有り .
- Ami Yamamoto, Emi Tsujimoto, Reiko Taketani, Noa Tsujii, Osamu Shirakawa, Hisae Ono. The Effect of Interpersonal Counseling for Subthreshold Depression in Undergraduates: An Exploratory Randomized Controlled Trial. *Depression Research and Treatment*. 2018, 10.1155/2018/4201897. 査読有り .
- Hisae Ono, Ami Yamamoto, Reiko Taketani, Emi Tsujimoto. Use of Interpersonal Counseling for Modern Type Depression. *Case Reports in Psychiatry*. 10.1155/2017/9491348. 2017. 査読有り .
- Reiko Taketani, Emi Tsujimoto, Hisae Ono. Teachers' Attitudes toward Youth Suicide and Its Relationship with Their Own Quality of Life. *Health Behavior and Policy Review*, 4, 399-405, 2017. <https://doi.org/10.14485/HBPR.4.4.9>. 査読有り .
- Noa Tsujii, Wakako Mikawa, Emi Tsujimoto, Toru Adachi, Atsushi Niwa, Hisae Ono, Osamu Shirakawa. Reduced Left Precentral Regional Responses in Patients with Major Depressive Disorder, *PLOS ONE*, 4, 2017, 10.1371/journal.pone.0175249. 査読有り .
- Noa Tsujii, Wakako Mikawa, Emi Tsujimoto, Toru Adachi, Atsushi Niwa, Hisae Ono, Osamu

Shirakawa. Reduced left precentral regional responses in patients with major depressive disorder. PLOS ONE, 2017, 10.1371/journal.pone.0175249. 査読有り.
Yuka Saito-Tanji, Emi Tsujimoto, Reiko Taketani, Ami Yamamoto, Hisae Ono. Effectiveness of Simple Individual Psychoeducation for Bipolar II Disorder. Case Reports in Psychiatry, 2016. 10.1155/2016/6062801. 査読有り.
小野久江. 漫画小冊子を用いた大学生の自殺予防実践研究. 人文論究 66(3)、57-67、2016. 査読無し.
齋藤(丹治)由佳、竹谷怜子、辻本江美、山本亞実、小野久江. 患者と薬剤師が交互にテキストを音読する個人心理教育手法を用いた服薬指導 - 服薬意義の理解がすすんだ双極型障害患者の一例 -. 日本ファーマシューティカルコミュニケーション学会会誌、14(2)、13-21、2016. 査読有り.

[学会発表](計 17 件)

竹谷怜子、辻本江美、山本亞実、上田ひとみ、坂根遥、澤村勇希、川上卓朗、寺本航起、辻井農亜、白川治、小野久江. 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. 第16回日本うつ病学会総会, 2019.
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. 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. 第16回日本うつ病学会総会, 2019.
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. 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. 第16回日本うつ病学会総会, 2019.
辻本江美、山本亞実、竹谷怜子、辻井農亜、白川治、小野久江. 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. 第41回日本自殺予防学会、2017年.
齋藤由佳、竹谷怜子、辻本江美、山本亞実、小野久江. 双極型障害の服薬指導に個人心理教育の手法を用いた一例 - 患者と薬剤師が交互にテキストを音読する試み -. 第11回日本ファーマシューティカルコミュニケーション学会大会. 2017.
竹谷怜子、小野久江. ADHD 児担当の有無による教員の QOL の違い. 日本学校メンタルヘルス学会第21回大会. 2017.
辻本江美、竹谷怜子、山本亞実、辻井農亜、白川治、小野久江. 対人関係カウンセリングが回避的なストレス対処方法を減少させ気分改善に繋がった学生相談の一事例. 第14回日本うつ病学会総会/第17回日本認知療法・認知行動療法学会合同開催. 2017.
Ami Yamamoto, Reiko Taketani, Emi Tsujimoto, Noa Tsujii, Osamu Shirakawa, Hisae Ono, Effect of Interpersonal Counseling on Subthreshold Depression in Undergraduates - A Preliminary Study Considering Distress Type -. The 7th Conference of the International Society of Interpersonal Psychotherapy. 2017.
Noa Tsujii, Wakako Mikawa, Emi Tsujimoto, Toru Adachi, Tomoyuki Hirose, Hisae Ono, Osamu Shirakawa. A Differential Coping Pattern between Euthymic Bipolar Disorder and Major Depressive Disorder. The 19th Annual Conference of the International Society for Bipolar Disorders. 2017.
Ami Yamamoto, Reiko Taketani, Emi Tsujimoto, Noa Tsujii, Osamu Shirakawa, Hisae Ono. Effect of Interpersonal Counseling on Subthreshold Depression in Undergraduates, 7th Conference of the International Society of Interpersonal psychotherapy, 2017.
竹谷怜子、辻本江美、山本亞実、辻井農亜、白川治、小野久江. 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. 第16回日本認知療法学会、2016.
山本亞実、辻本江美、竹谷怜子、辻井農亜、白川治、小野久江. 大学生における抑うつ状態およびストレス対処方法と脳機能の関連. 第38回日本生物学的精神医学会・第59回日本神経化学学会大会合同年会、2016.
辻本江美、山本亞実、竹谷怜子、辻井農亜、白川治、小野久江. 大学生の抑うつ状態と抑制機能および前頭前皮質活動に対する対人関係カウンセリングの影響. 第13回日本うつ病学会総会、2016.
三川和歌子、辻井農亜、辻本江美、丹羽篤、阪中聡一郎、川久保善宏、矢野貴詩、細身史治、柳雅也、小野久江、白川治. 双極性障害患者における光トポグラフィ検査を用いた鑑別診断補助に影響を与える因子について. 第13回日本うつ病学会総会、2016.
Reiko Taketani, Emi Tsujimoto, Ami Yamamoto, Noa Tsujii, Osamu Shirakawa, Hisae Ono. The Effectiveness of Interpersonal Counseling for Depression in Japanese Undergraduates. The 7th Asia Pacific Regional conference of the International Association for Suicide Prevention, 2016.
Emi Tsujimoto, Ami Yamamoto, Reiko Taketani, Noa Tsujii, Osamu Shirakawa, Hisae Ono. The Effectiveness of Interpersonal Counseling for Impulsivity Response Inhibition in Japanese Undergraduates: A Near-Infrared Spectroscopy Study. The 7th Asia Pacific Regional conference of the International Association for Suicide Prevention, 2016.
Ami Yamamoto, Reiko Taketani, Emi Tsujimoto, Noa Tsujii, Osamu Shirakawa, Hisae Ono.

The Effectiveness of Interpersonal Counseling for Stress Coping in Japanese Undergraduates. The 7th Asia Pacific Regional conference of the International Association for Suicide Prevention, 2016.

〔図書〕(計 0 件)

〔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：
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：
国内外の別：

〔その他〕

ホームページ等

小野久江研究室 HP <http://bcaweb.bai.ne.jp/ono-seminar/>

小野久江研究室ブログ <http://kwansei.blog.bai.ne.jp/>

小野久江研究室(関西学院大学) Facebook <https://www.facebook.com/ono.seminar.kg/>

6. 研究組織

(1)研究分担者：

研究分担者氏名 辻井 農亜

ローマ字氏名： TSUJII, Noa

所属研究機関名：近畿大学

部局名：医学部

職名：准教授

研究者番号(8桁)：90460914

(2)研究協力者

研究協力者氏名：竹谷 怜子

ローマ字氏名： TAKETANI, Reiko

研究協力者氏名：辻本 江美

ローマ字氏名： TSUJIMOTO, Emi

研究協力者氏名：山本 亜美

ローマ字氏名： YAMAMOTO, Ami

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。