

平成 21 年 4 月 21 日現在

研究種目：若手研究 (B)

研究期間：2006～2008

課題番号：18791720

研究課題名 (和文) 養護教諭を介在した思春期のメンタルヘルス教育の開発に関する研究

研究課題名 (英文) A study of the development of a mental health education program with a school nurse for junior high-school students

研究代表者

篁 宗一 (TAKAMURA SOICHI)

東京医療保健大学・医療保健学部・講師

## 研究成果の概要：

背景：思春期の中学生を対象に援助希求行動促進による早期介入を目的とした精神保健教育プログラムの効果評価することを目的とする。方法：講義と体験見学を組み合わせた中学 1 年次から三年間に渡る精神保健教育を開発し、教育(介入)を実施した介入群と対照群とで援助希求(態度)行動と関連要因の尺度得点について、介入前値をベースラインとして得点差を算出し、短期効果(実施 4 週後)、長期効果(実施 12 ヶ月、24 ヶ月、27 ヶ月後)を比較対照試験のデザインによって比較した。結果：短期効果研究では、介入群では対照群と比較して実施 4 週後に、ベースラインと比べての援助希求態度尺度の増加が大きく、有意な差が見られた。長期効果研究でも、実施 4 週後および 12 ヶ月後に、介入群と対照群との間で援助希求態度尺度の増加分の差に有意差が見られたが、12 ヶ月後ではその差は小さくなっていった。24 ヶ月後には介入群と対照群との間で有意な差は見られなかった。しかし 12 ヶ月後には、悩みを抱えたことのある者のうちの専門家あるいは非専門家への援助希求行動を取った者の割合は、介入群で対照群よりも有意に高かった。また、GHQ12 が 4 点以上の者における援助希求行動の割合も、12 ヶ月および 24 ヶ月後には介入群の方が対照群よりも有意に高かった。結論：今回開発した教育プログラムが精神的不調時の中学生において援助希求行動を促進する効果があることが示唆された。教育の短期効果では顕著な援助希求態度の肯定的変化が見られたものの、24 ヶ月以降の長期効果は明確でなかった。今後、長期効果をさらに高めるための教育プログラムの開発が課題である。

## 交付額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2006 年度	1,300,000	0	1,300,000
2007 年度	900,000	0	900,000
2008 年度	1,100,000	330,000	1,430,000
年度			
年度			
総計	3,300,000	330,000	3,630,000

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：看護学・地域・老年看護学

キーワード：思春期,早期介入,精神保健,学校保健,精神障害,教育プログラム,健康教育,中学生

1. 研究開始当初の背景

精神障害における早期介入を目指す動きが活発になっている。精神障害の発病後、治療の開始までの期間である DUP が延長した場合には、治療効果が乏しくなると報告されている。このことは早期介入を実現することが、精神健康を害した者の精神的および経済的な負担を軽減し、よりよい予後が得られる可能性があることを示している。

他方、児童思春期にあたる中学生の時期は、統合失調症をはじめとする精神障害の初発期にあたる。生涯に罹患する DSM-IV による精神疾患のうち 14 才には半数、24 歳までには 2/3 が開始するといわれ、精神保健上の様々な不適応が発生し始める時期である。

また精神疾患の発病前には幅広い前駆症状があり 16)、うつ状態を呈する者も多くあり、それを早期発見する取り組みがある 17)。しかし児童思春期は、精神健康上の問題の多さにも関わらず、問題を抱えた者の半数から 4/5 は相談を求めないというサービスギャップや援助希求行動の遅延が指摘されている。

早期介入の促進に向けて Jorm は、適切な支援に関する知識の不足、偏見など総合的なメンタルヘルスに関する理解の不足が、援助希求行動を妨げていると指摘した。Jorm はメンタルヘルスに関する知識や信念、また特定の問題を精神的不調と認識する能力、精神健康に役立てる態度や行動などの“メンタルヘルスリテラシー能力”を向上させることが治療へのアクセスを促進し、早期介入を可能にすると論じている。

そうした精神保健領域におけるヘルスプロモーションは、これまで他領域と比較して遅延傾向にあったものの、徐々に拡大しつつある。メンタルヘルスリテラシーの促進を目的とした児童思春期や青年期などを対象とした介入には、まずコミュニティ全体に対するキャンペーンがある。また学校での早期介入プログラムも注目を浴びつつある。援助希求行動を促進するための教育は早期であることが望ましく、思春期後期にはすでに心理的なバリアが形成されるといわれるため思春期前期での学校での取り組みは、メリットが大きい。学校での取り組みの例としてはオーストラリアやアメリカ、イギリスで実施されている。そしてこれらの介入による効果として、精神疾患を認識する能力を含んだメンタルヘルスリテラシー能力の改善や、知識の増加、態度の変化、社会的距離や偏見の減少、援助希求行動の肯定的な変化、悩みの減少が得られている。しかし介入プログラムの実践例はいまだ少なく、その多くは例えばマルチメディアを利用するなど、比較的大規模な介入研究である。これらにはコミュニティがもつ精神保健ニーズや人材に応じた、実践活動としては限界があり、予算が高く、各地域で応用することは困難さを伴っている。また介

入効果を実行レベルまで評価した研究としては、DUP に注目して集中的なキャンペーンの効果評価を実施し、15 週間 DUP を短縮させた結果があるものの、多くの介入プログラムは短期的な評価にとどまり、統制群をおくことの難しさからも研究デザインに限界がある。思春期の精神健康に向かう自発的行動を促すための Health education を実践し、長期にわたって“行動”に注目して評価した研究はこれまでのところ見られない。

吉田らはこれらの現状を受けて、学校に提言できる新たな Health education の一つとして、中学生に対する教育体験プログラムを開発し評価を行った。その結果として、提言したプログラムには短期的に援助希求態度を促進させる効果が得られた。しかしこれには同様に追試が必要となる課題があった。まず千葉県の中学校一校を対象とした研究であったことから他の地域で適応可能であるか評価されていなかったことである。さらに性別によって教育効果が異なっていたこと、さらに短期間の効果評価であったため、態度に注目したものであったことであり、援助希求行動の変容そのものの評価はなされなかった。思春期の中学生に適した援助希求行動を促進するための教育プログラムは、地域属性や、性別を問わず、長期の“行動”にまで波及する教育方法が開発されるのが望ましいといえる。

## 2. 研究の目的

本研究では、精神的不調に陥った思春期児童の早期介入を目的として、中学生を対象とした精神保健教育を実施し、三年間に渡る教育効果を、介入群と対照群の比較対照試験の研究デザインによって、援助希求(態度)行動と関連要因を比較することとした。提起した教育プログラムの最適な評価をおこなうため、ロッシらのインパクト理論に基づきモデルを構築した。アウトカムの指標を健康教育の概念によって「精神健康についての捉え方」、つまり「知識」や「意識」、「態度」の向上は、精神的不調時の援助希求に関する「行動」を促進すると仮定した。主要アウトカムは精神的不調時の援助希求に関する「行動」とし、それに影響を及ぼす副次的なアウトカムを「知識」、「意識」、「態度」に対応する各概念として仮定し、評価を実施することとした。

## 3. 研究の方法

### (1) 対象者

島根県 D 市内にある公立中学校 3 校に在籍した中学 1 年生の対象者に、介入となる教育を毎年実施し、その効果を中学 3 年生の卒業前までの三年間にわたって追跡して評価した。

対象となる中学校3校を介入群と、介入を行わない対照群の二群に振り分けた。ただし、教育プログラムとなる介入効果について、介入実施後の経過期間によって評価するために、介入前時点(0週)をベースラインとして、短期効果(実施4週後)と長期効果(実施12ヶ月、24ヶ月、27ヶ月後)と定義した。短期効果の介入群はA校およびB校の2クラス、対照群はB校の1クラスとC校である。また長期効果の介入群はA校とB校、対照群はC校である。除外基準を設定した結果、最終的にすべての調査票が回収できた生徒は、介入群ではA校は19名のうち19名(回収率100%)、B校は107名のうち97名(回収率90.7%)、対照群ではC校は46名のうち44名(回収率95.7%)であった。

#### (2) 教育プログラムの内容

教育プログラムは1年次を精神保健教育Aとして50分を1時限とする「授業」を4回と、一部の参加者による「見学」を1回の全5回の教育を実施した(合計200分、見学者は380分)。テーマは【ストレスとこころの病】【こころの相談施設の紹介・説明】【メンタルヘルスに関する相談施設の見学】【体験内容の振り返り】【シェアリング、当事者との交流プログラム・まとめ】であった。また2年次を精神保健教育Bとして【こころの健康に関する体験学習(2年)】のテーマで合計70分の「授業」を1回実施した。精神保健教育Aのプログラム内容の復習と、早期介入に関連する「こころの健康」の内容を発展させて学習した。内容にはストレスがかかった際に、正常に起こるこころの反応として「不安」、「抑うつ」、「燃え尽き」、「心身反応」、「怒り」を、風船を用いて説明した。また、学校からニーズのあった「怒り」のコントロールについて、中学生の事例を用いて説明した。最後にストレス対処の一つとして深呼吸による「呼吸法」のリラクゼーションを実践した。さらに3年次を精神保健教育Cとして【こころの健康に関する体験学習(3年)】のテーマで合計80分の「授業」を1回実施した。受験期の中学校3年生を想定して、寸劇によるロールプレイを行いながら、精神保健教育A・Bを復習した。ライフイベントとストレスや対策について説明した。

#### (3) 効果評価の時期

効果評価の時期として1年次2学期の調査については介入前「調査①」(0週)をベースラインとし、同じく2学期の介入後を「調査②」(4週後)とする。また2年次2学期の調査を「調査③」(12ヵ月後)とする。さらに3年次2学期の調査を「調査④」(24ヵ月後)とした。また3年次3学期の最終調査を「調査⑤」(27ヵ月後)とした。

教育プログラムの介入効果を「知識」の概念として「精神障害の知識」の向上と「専門

相談機関の知識」の向上を設定した。そして「意識」の概念として「専門相談機関のイメージ」の肯定的な変化と「精神障害に対する消極的態度」(偏見)の減少を設定した。なお、これらは短期から長期に起こる効果の期待目標とした。対象生徒本人が精神的な不調が起こった際にそれを自覚することを精神健康的不調の自覚」として長期に起こる効果の期待目標とした。それらの期待される改善によって援助希求態度が肯定的に変容し、援助希求行動につながり、早期介入が実現されるということを仮定した。

#### (4) 評価尺度

教育効果を測定する評価尺度は【精神障害の知識尺度】【専門相談機関に関する知識尺度】【こころの相談に関するイメージ尺度】【精神障害者の自立性と権利の尊重に対する消極的態度尺度】【精神障害の罹患可能性の意識尺度】【専門相談機関への相談意向態度尺度】【ASPH: Attitude toward Seeking Professional psychological Help scale(専門的・心理的援助への態度尺度)】【援助希求行動】【精神健康状態】を用いた。

#### (5) 分析

分析方法は、教育の短期効果を介入群(A校およびB校の一部)と対照群(B校の一部およびC校)の間で、ベースライン(0週)と比較して4週間後の尺度得点の変化値を比較した(t検定)ほか重回帰分析を行った。援助希求行動については、その割合を介入群と対照群との間で比較した( $\chi^2$ 検定)。教育による長期効果を、介入群(A校およびB校)と対照群(C校)との間で、ベースラインと比べての尺度得点の差を、各時点(4週後、12ヵ月後、24ヵ月後、27ヵ月後)で比較した(t検定)。また基本属性(性別)の従属変数「専門相談機関への相談意向態度尺度」と、「ASPH(専門的・心理的援助への態度尺度)」に対する関連を分散分析によって2次の交互作用(性別、介入有無、性別×介入有無)を検定した。また相談の有無に対して影響要因として関連を示すかどうかを検討するために、介入後の各時点(12ヵ月後、24ヵ月後、27ヵ月後)毎に、分散分析によって2次の交互作用(性別、介入有無、性別×介入有無)を検定した。精神的不調時の援助希求行動を査定するために「悩みの有無」と、精神健康度が低い者(GHQ4点以上群)の相談有無を尋ね、 $\chi^2$ 検定で各群の割合を比較した。なお、統計分析にはSPSS 12.0 for Windowsを用い、有意水準には5%、1%を用いた。倫理的配慮として本研究は東京大学倫理委員会(No. 1234)、鳥取大学倫理委員会(No. 570, 1093)の承認を得て行った。

#### 4. 研究成果

##### (1) 教育による長期的な介入効果

「知識」に対応する「精神障害の知識度」と「専門相談機関に関する知識度」のベースラインからの尺度得点の変化は共に、4 週後「調査②」では介入群が対照群に比べて有意に高かった ( $p < 0.01$ )。12 ヶ月後でもなお有意な差はあるものの介入群と対照群との間の得点差は小さくなり、24 ヶ月後および 27 ヶ月後には有意差が見られなくなった。

「意識」に対応する「こころの相談に関するイメージ尺度」の得点の変化は、4 週後では介入群が対照群に比べて有意に高く ( $p < 0.05$ )、12 ヶ月後では有意でなくなったものの、再び 24 ヶ月、27 ヶ月時点で介入群の方が対照群に比べて有意に高かった ( $p < 0.05$ )。

「態度」に対応する「専門相談機関への相談意向態度尺度」と、「ASPH (専門的・心理的援助への態度尺度)」の尺度得点の差は、4 週後および 12 ヶ月後に介入群で対照群と比べて有意に高かった ( $p < 0.05$ )。12 ヶ月後時点では、介入群では態度がネガティブに変化していたが、対照群も同様に得点差が下降していた (図 1)。24 ヶ月後には介入群と対照群との間で有意な差は見られなかった。

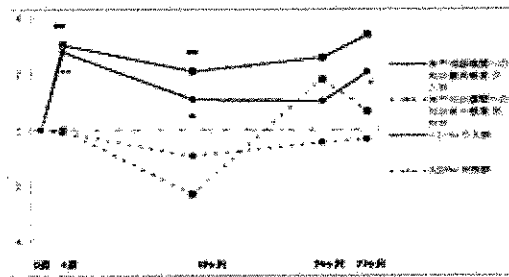


図 1

「精神的な不調の自覚」概念に対応する「罹患可能性の意識尺度」は、4 週後では介入群で対照群と比べて得点差が有意であり ( $p < 0.01$ )、その後 12 ヶ月後では有意差がなくなるが、24 ヶ月時点 ( $p < 0.05$ )、27 ヶ月時点 ( $p < 0.01$ ) で再び有意差が見られた。

いずれの時点でも、教育による介入は精神健康には影響しなかった。

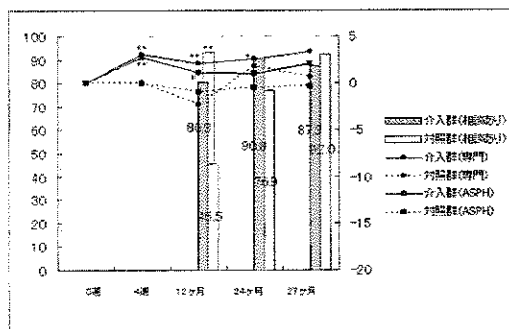


図 2

「行動」について、「相談経験の有無」と援助希求態度尺度の関連は図 2 の通りであった。相談経験の有無は、介入群と対照群の割

合は介入 12 ヶ月後の時点の有意差が見られていた (図 2)。

精神健康度の低い (GHQ12 が 4 点以上) 者が援助希求行動をとるかを見た結果 (表 1) から、2 年次の 12 ヶ月後「調査③」の時点で、相談した割合は、介入群では 31 人中 90.3% と対照群の 10 人中 40% と比較して有意に高かった ( $p < 0.01$ )。3 年次の 24 ヶ月後「調査④」の時点でも同様に介入群の割合は 36 人中 94.4% と、対照群の 14 人中 71.4% と比較して有意に高かった ( $p < 0.05$ )。卒業前の 27 ヶ月後「調査⑤」の時点では対照群においても相談割合が高くなったため有意差はないものの、介入群の相談割合は高かった。

	全体	割合 (%)	相談経験		割合 (%)	p値
			有	無		
2年次調査 12ヵ月後「調査③」	対照群	10	4	6	0.40	0.003
	介入群	31	28	3	0.90	
3年次調査 24ヵ月後「調査④」	対照群	14	10	4	0.71	0.054
	介入群	36	34	2	0.94	
3年次調査 27ヵ月後「調査⑤」	対照群	11	8	2	0.72	0.614
	介入群	36	32	4	0.91	

表 1

(2) 援助希求態度・行動への基本属性の効果

短期的に見た援助希求態度の「専門相談機関への相談意向態度尺度」と、「ASPH (専門的・心理的援助への態度尺度)」の介入前と 4 週後の得点差を従属変数として「介入有無」、「性別」、「地域別」を独立変数として重回帰分析を行った結果、介入が「有る」ことのみが、短期効果においては援助希求態度に最も寄与することが分かった ( $p < 0.01$ )。また各尺度の介入前と各時点 (実施 4 週後、12 ヶ月、24 ヶ月、27 ヶ月後) の得点差を従属変数として、2 次の交互作用 (性別、介入有無、性別 × 介入有無) を投入して分散分析を行った。その結果、各尺度いずれの時点でも「性別 × 介入有無」の交互作用に有意差はみられなかった。しかし、各尺度とも 24 ヶ月後以外すべての時点において、「介入有無」には有意差が見られており、介入が「有る」ことが長期効果から見ても援助希求態度に最も寄与することが分かった。

また「相談経験の有無」を従属変数として基本属性の影響を分析するために、2 次の交互作用 (性別、介入有無、性別 × 介入有無) を投入して分散分析を行った結果、各時点 (実施 12 ヶ月、24 ヶ月、27 ヶ月後) では「相談経験の有無」に対していずれも「性別 × 介入有無」の交互作用に有意差はみられなかった。しかし、実施 12 ヶ月後「調査③」の時点で「介入有無」 ( $F = 7.13, p < 0.01$ ) と「性別」 ( $F = 10.1, p < 0.01$ ) の主効果は「相談経験の有無」に対して有意であった (調整済み  $R^2 = 0.216$ )。性別が「女性」であること、また介入が「有る」ことが、相談経験の「有り」に寄

与することが分かった。

### (3) 結論

中学生に対する精神保健教育による早期の援助希求に関する知識、態度、行動に対する介入効果について三年間にわたる比較対照試験により評価した。

1. 教育プログラムの短期効果は、すべての項目で肯定的な変化が認められ、教育4週間後で、援助希求態度尺度得点に対して有意な介入効果が認められた

2. 中学生が悩みを持った際に援助希求行動を取る割合は12ヶ月後に、精神健康度が低い者(GHQ12が4点以上)で援助希求行動を取る割合は12ヶ月および24ヶ月後に有意な介入効果が認められた。

3. 教育の援助希求行動に対する長期効果では24ヶ月後の援助希求態度に対する効果は有意でなかった。

以上から、今回開発した精神保健教育プログラムが中学生において援助希求に関する態度、精神的不調時の援助希求行動を改善する効果があることが示唆された。今後は、さらに長期効果を高めるための教育プログラムの開発が課題である。

### 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1件)

① Soichi Takamura, Iwao Oshima, Koji Yoshida, Takuro Motonaga, Factors Related to Attitudes toward Seeking Professional Psychological Help among Japanese Junior High and High School Students, *Yonago Acta medica*, Vol51, 39-47, 2008, 査読有。

[学会発表] (計7件)

① 篁宗一、吉田光爾、大島巖、元永拓郎、稲沢公一、堀絵里子、深沢舞子、畑真弘、「中学生を対象とした精神保健における援助希求行動の増進を目的とする教育体験プログラムの開発とその効果評価～男女別による効果の比較から～」日本学校メンタルヘルス学会第9回記念大会プログラム大会抄録集 p48.

東京、2005年1月20日

② 篁宗一、吉田光爾、大島巖、元永拓郎、近藤なつめ、久野光雄、「思春期を対象とした精神保健福祉教育プログラムによる偏見除去の効果」第65回日本公衆衛生学会総会抄録集 p.851、vol.53.(10号)、富山、2006年10月26日。

③ 篁宗一、大島巖、元永拓郎、吉田光爾、福田倫子、稲光哲明、近藤なつめ、「早期介入を可能にする中学生版メンタルヘルス教育の開発と評価～短縮版の効果検討～」第66回日本公衆衛生学会総会抄録集 p.56、

vol54.(10号) 愛媛、2007年10月25日。

④ 篁宗一、吉田光爾、大島巖、元永拓郎、久野光雄、近藤なつめ、深沢舞子、堀絵里子、「中学生を対象とした精神保健における援助希求行動の増進を目的とする教育体験プログラムの開発とその効果評価～地域属性の違いによる効果比較から」日本学校メンタルヘルス学会第10回記念大会プログラム大会抄録集 p.71-72. 東京、2007年1月14日。

⑤ Soichi Takamura, Iwao Oshima, Takuro Motonaga, Koji Yoshida, Michiko Fukuda, Shin-ichi Yoshioka, Tetsuaki Inamitsu, Natsume Kondou, Mitsuo Kuno, Toru Kurashima, The effect and evaluation of a mental health education program on junior high school students for early intervention and prevention, *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, p419-420, Vol41 (supplement2), Melbourne, November 28-December2, 2007.

⑥ 篁宗一、大島巖、元永拓郎、吉田光爾、久野光雄、近藤なつめ、倉島徹、堀絵里子、「中学生を対象とした精神保健における援助希求行動の増進を目的とする教育プログラムの開発とその効果評価～実施一年後の教育効果の検討～」日本学校メンタルヘルス学会第11回岐阜大会プログラム大会抄録集 p.68-69.岐阜、2008年1月27日

⑦ Soichi Takamura, Iwao Oshima, Takuro Motonaga, Koji Yoshida, Michiko Fukuda, Shin-ichi Yoshioka, Tetsuaki Inamitsu, Natsume Oshima, Toru Kurashima, Mitsuo Kuno, The effect and evaluation of a mental health education program in junior high school students for early intervention and prevention: Prolonged effects on help-seeking behavior, *Journal of Czech and Slovak Psychiatry SUPPLEMENTUM 2 volume104, XIV World Congress of Psychiatry*, p20-25, Vol41 (supplement2) September24

### 6. 研究組織

#### (1) 研究代表者

篁 宗一 (TAKAMURA SOICHI)

東京医療保健大学・医療保健学部・講師  
研究者番号：60362878