

令和 6 年 6 月 14 日現在

機関番号：33906

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2018～2023

課題番号：18K03121

研究課題名（和文）青年期の解離性自傷に対する訪問型心理教育プログラムの開発

研究課題名（英文）Development of a school visit psychoeducation program for dissociative self-injury in adolescents.

研究代表者

舩田 亮太（Masuda, Ryota）

椋山女学園大学・人間関係学部・准教授

研究者番号：30547055

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 1,500,000円

研究成果の概要（和文）：青年期に問題となることが多い自傷について、その行為の背景にあるトラウマ（例：死に関連する体験等）、解離（例：記憶がない等）を含めて、平易な紙媒体の心理教育教材を開発した。高校生、大学生を対象に心理教育を行った結果、「わかりやすい」「休息の重要性がわかった」等の一定の評価が得られた。一方で、汎用的な内容にまとめた結果、「具体的な対応がややわかりにくい」というご意見も頂いている。従って、読み手の状況を踏まえた具体性について、どのように含めていくかが今後の課題となった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究の学術的意義は、メンタルヘルスの予防が重要な青年期において、自傷の背景にあるトラウマ、解離といった複雑な内容を可視化した点にある。また、これらの内容を教育機関において安全に検討できる心理教育教材を開発したことは社会的意義が大きいものと思われる。これらの事象を理解することで、本人だけでなく、教育関係者や一般市民が適切な対応を提供するための基盤となる。今後、より具体的な場面での検証によって教育現場での実践に大きく寄与することが期待される。

研究成果の概要（英文）：We developed a paper-based psychoeducational material about self-harm, which is a common problem in adolescence, including the trauma and dissociation that underlie the behavior. As a result of delivering the psychoeducation to high school and college students, certain evaluations were obtained, such as "easy to understand" and "I understand the importance of rest". On the other hand, as a result of compiling the content into a general format, we received some comments that "specific responses are somewhat difficult to understand. Therefore, how to include specificity based on the reader's situation became an issue for the future.

研究分野：臨床心理学

キーワード：自傷 解離 ト라우マ 心理教育

## 1. 研究開始当初の背景

研究代表者は、高校生や大学生の精神的健康を予防するため、ストレスマネジメントやアサーションの授業教材を開発し、各教室に出向いて心理教育を実践してきた(Masuda et al., 2017)。一方で、高校や大学などの教育機関では、それらの生活上の汎用的なスキルだけでなく、自傷へ対応するニーズも多い。自傷は「意図的に、みずからの意思の影響下で行われる、致死性の低い身体損傷であり、その行為は、社会的に容認されがたい性質を帯びており、心理的苦痛を軽減したり、意思を伝達したりするために行われる」と定義される(Walsh, 2012 松本・渋谷訳 2018)。さらに自傷は、非解離性自傷症と解離性自傷症に分類される(Levenkron, 1998; 岡野, 2007)。特に、自傷時に解離を伴う解離性自傷症は、傷つけることに痛みを伴わず、自己完結的であるため、健康度は低い(岡野, 2007)。また自傷には伝染性の問題もあり、同じようなつらい状況にある若者には簡単に連鎖してしまう(松本, 2012)。しかも彼らが自発的に相談を申し出ることは少なく(勝又, 2018)、介入は非常に難しい。

## 2. 研究の目的

本研究では「青年期の解離性自傷に対する訪問型心理教育プログラムの開発」を目的として行う。本研究の特徴として、1. 自傷だけでなく、その背景にあるトラウマ(例: 死に関連する体験等)や解離(例: 記憶がない等)といった内容も含めた心理教育教材を開発すること、2. 開発の際は、青年の発達段階に配慮するため、大学生用、高校生用といったように教材の対象者を分けること、3. 医療・福祉・司法機関といった他領域の臨床実践においても使用可能な教材にすること、以上3点があげられる。

## 3. 研究の方法

本研究の対象者は、高校生、大学生、教育関係者、一般市民であった。研究の手続きとしては、1. 解離を含めた自傷行為全般と心理教育に関する文献研究、2. 解離性自傷を青年に説明するための心理教育テキストの開発、3. 作成したテキストを用いた高校、大学での心理教育の実施と効果検証であった。研究期間は、2018年4月～2024年3月までであった。研究の実施に関しては、研究代表者の所属機関において研究倫理委員会の承認を得た。心理教育を行う際の倫理的配慮として、参加する高校生の保護者には資料を事前配布、全ての対象者に自由退室の事前説明、研究利用の口頭説明と書面での回答依頼(同意・不同意)、ディブリーフィングを実施した。

## 4. 研究成果

### 4.1 文献研究

発刊時点で2000年以降の中学、高校、大学での自傷に関連する調査研究、心理教育を含めた介入研究を対象に文献レビューを行った。中学生を対象とした心理教育プログラムに関しては、自傷を直接的に説明する心理教育の実践は本研究で対象とした文献からはみられなかった。高

校生に関しても、自傷を明確に説明した介入研究が学校で行われているものは、佐野(2017)などの取り組みを除き、ほとんどみられなかった。青年の教育機関で介入研究が少ない要因として、自傷、トラウマ、解離という複雑な内容を教室で扱う際に、受講者全体の心理的安全性が確保できないことに対する懸念があるためではないかと思われた。

そのため、covid-19 以前に実施された取り組みではあるものの、大学生を対象としたトラウマに関する内容を扱った学部演習授業等を振り返り、その教育内容について考察した。結果、心理的安全性について、クラス集団、複数の教員（本研究課題の研究代表者、研究協力者）、地域資源というように同心円状に保護することで、受講者側の心理的安全性が高まる可能性を提言した。また遠隔通信手段を用いた非対面式で、心理教育を実施する場合の心理的安全性を確保する条件は、(1)遠隔支援を受ける状況のアセスメント、(2)心理教育実施中における受講者理解度の判断、(3)遠隔支援実施事後の振り返り、の3点に集約された。以上から、教育機関において自傷に関する心理教育の際には、対面式・非対面式を問わず、受講者側の状況を想定した教育機関内外のチーム支援が重要になる可能性を提言した。

#### 4.2 心理教育教材の開発

##### a)大学生用テキスト

自傷に関する心理教育教材の題目は、「こころが傷つきやすい人へのサポートブック」とした(図1)。内容については、専門用語を極力用いずに、Q&A方式によるわかりやすい文章表現とした。また自傷連鎖の抑止に加え、学校現場での使いやすさ、読み手への侵襲性に配慮するため、学校現場でのピアサポートとしての使用を主な目的とし、自己理解としての使用は副次的とした。さらにテキストのページ数に関して、1回の授業で余裕をもって扱える分量に留めた。

##### b)高校生用テキスト

大学生用テキストをもとに、高校での適用可能性、表現の侵襲性、内容について調整した(図2)。読み手となる高校生への負担をさらに軽減するため、ピアサポートの概念は紹介せず、その概念を丁寧に扱う程度に全体を再編集した。そのため、教材の題目は、「サポートする」という表現を「接する」という表現に言い換え、「高校生用 こころが傷つきやすい人に接する際のサポートブック」とした。

図1.

大学生用テキスト表紙

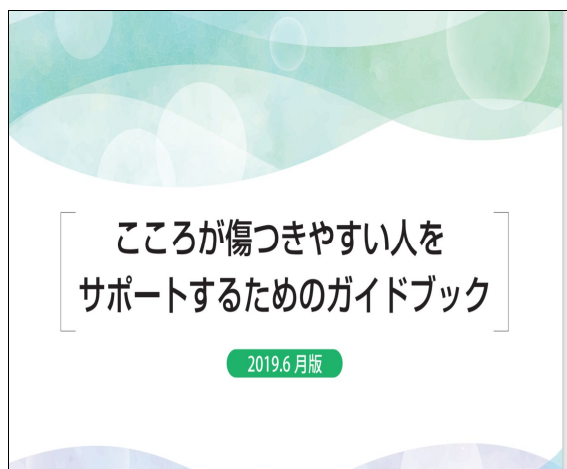


図2.

高校生用テキスト表紙



### 4.3. 効果検証

#### a. 大学生用テキストを用いた実践

参加した大学生(女性75名)のうち、研究協力利用の同意が書面で得られた72名を分析対象とした。実施手続きは、研究代表者による講義の一部で実施した。講義後に一斉配布・回収したA4の「ふりかえりシート(自由記述欄)」について、研究代表者、研究協力者の2名でKJ法を行った。質問は、受講者の回答負担を考慮し、Q1.「ところが傷つきやすい人へのサポート」について、あなたはどのように思いましたか?、Q2.「今日の講義について感想を書いてください」の2問のみとした。

Q1についてKJ法を行った結果、1.自己理解としての有用性(サブカテゴリ 例:「自分が傷ついたときにも応用できることが分かった」等)、2.他者理解時の有用性(サブカテゴリ 例:「傷つきやすい人へのかかり方を具体的に知ることができた」、「傷つきやすい人の気持ちを理解することができた」、「トラウマやストレスが背景にあることが分かった」等)、3.人的資源の重要性(サブカテゴリ 例:「自分だけで支えようとせずに、他の人を頼っても良いということが分かった」等)の3つに大カテゴリとして分類された。Q2からは、講義の有用性だけでなく、ページ数の記載、文言の親和性と心理教育対象者のバランスに関する指摘等が得られた。

#### b. 高校生用テキストを用いた実践

参加した高校生(女性25名)のうち、研究協力利用の同意が書面で得られた25名全員を分析対象とした。実施手続きは、研究代表者が高校の講義内で実施した。講義後に一斉配布・回収した「ふりかえりシート(自由記述欄)」について、研究代表者、研究協力者、大学院生の3名で分類した。質的分析ソフトとしてMAXQDA2020を使用した。問いは、Q1.「『ところが傷つきやすい人への接し方』について、あなたはどのように思いましたか?」、Q2.「今日の講義について感想を書いてください」の2問とした。

結果に関しては、第1に、Q1, Q2自由記述結果をもとにコードの階層を用いた単一事例モデルを作成した(図3)。Q1は、「心理教育の重要性」「自己理解・自分自身のメンタル管理」「他者理解」「サポート環境を整える」「難しい」等の中カテゴリが抽出された。Q2は、「心理教育の重要性」「自己理解・自分自身のメンタル管理」「サポート環境を整える」が中カテゴリとして抽出された。Q1, Q2を併せた自由記述については、「自身のメンタル管理も意識する」「今後に活かす」「しっかり休む」「勉強になった」を共通カテゴリとする二事例モデルが作成された。第2に、自由記述回答について語彙分析を行った(表1)。Q1は「自分」「相手」「大切」「傷つき」、Q2は「自分」「ストレス」「講義」「心理」などが高頻度に表出した。

図3. 自由記述回答に対する二事例モデル

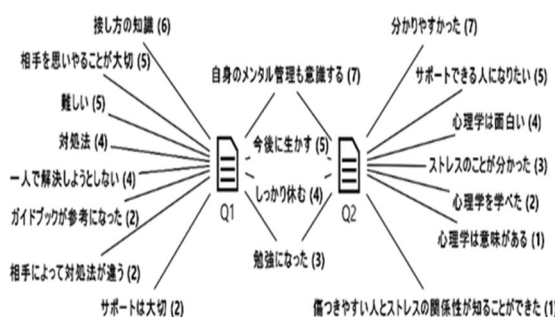


表1. 自由記述回答に対する語彙分析

	Q1単語	単語の長さ	頻度	%	Q2単語	単語の長さ	頻度	%	
1	自分	2	16	29.09	1	自分	2	11	23.91
2	相手	2	11	20.00	2	ストレス	4	8	17.39
3	大切	2	6	10.91	3	講義	2	6	13.04
4	傷つき	3	5	9.09	3	心理	2	6	13.04
5	接し	2	4	7.27	4	相手	2	3	6.52

#### c. その他の対象者への実施

高校生用テキストの利用可能性を検討するため、教育関係者、一般市民を対象とした心理教育を行った。教育関係者 37 名のうち、研究協力利用の同意が書面で得られた 37 名全員を分析対象とした。結果、分類コードの視点は 1. 説明の技術的側面（専門用語の分かりやすさ、模擬教材として使用する架空事例の記載等）、2. 教材の内容的側面（傷つきやすさ、自傷につながり得るサイン等）、3. 用途的側面（教育関係者の研修における使用等）に大別された。高校生の共通要因（自身のメンタル管理も意識する、しっかり休む等）と比較すると、高校生だけでなく、教育関係者側にもメンタルヘルスの予防教育に関するニーズが窺えた。

一般市民を対象に心理教育を行った自由記述については、受講者 7 名のうち、研究協力利用の同意が書面で得られた 7 名全員を分析対象とした。結果、分類コードの視点は、1. 現状の共有（受講者自身の状況を他者と共有したい等）、2. 類似者との共有（似た状況にある人の具体的な意見を知りたい等）に大別された。教育関係者の分析結果と比較すると、受講者同士の状況の共有に重きが置かれる傾向が示された。

#### 4.4 総括

高校生、大学生、教育関係者、一般市民の分析結果を総括する。心理教育テキストの内容は同じであったとしても、受講者側の立場、状況、視点によって生成される意味づけが大きく異なることが示された。研究期間全体を踏まえた課題としては、(1) テキスト内容の具体性と抽象性のバランス調整（例：テキスト本体は同一のものとして、各対象に別冊子を作成する等）、(2) 各テキストの説明後、対象者ニーズを踏まえたグループワーク実施の検討、(3) 調査協力者の性別、人数調整、(4) 半構造化面接によるナラティブデータ収集の必要性、(5) 実施形態（対面もしくは遠隔、個人もしくは集団）の適切さについて、事前に判断できる心理的安全性の基準作成、以上 5 点に集約された。

最後に、大学生を対象とした心理教育において、大カテゴリーは肯定的な内容となった。これは心理的安全性の確保のために、研究代表者が講義で関連テーマについて教授後に行ったというレディネスの要因が影響している可能性がある。高校生への心理教育においても、メンタルヘルスの予防教育に対する高いニーズがみられた。従って、各機関の教育カリキュラムの一環として心理教育を行うことも重要と思われる。具体的には、大学生は初年次教育、高校生は総合的な学習（探求）の時間といったように、どの教科・科目に位置づけることが効果的かについて詳細に検討していくことが必要だろう。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計2件（うち査読付論文 0件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 1件）

1. 著者名 舩田亮太	4. 巻 54
2. 論文標題 Covid-19状況下での心理支援をどう展開するか？-心理的安全感と生活の視点-	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 椋山女学園大学研究論集 社会科学篇	6. 最初と最後の頁 69-73
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 舩田亮太	4. 巻 14
2. 論文標題 ひきこもり支援を考える	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 椋山人間学研究	6. 最初と最後の頁 p94-110.
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計7件（うち招待講演 0件/うち国際学会 2件）

1. 発表者名 舩田亮太・上地玲子
2. 発表標題 自傷に関する心理教育教材の開発研究4 -教育関係者による自由記述の質的分析-
3. 学会等名 日本心理臨床学会第41回大会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 Ryota Masuda&Reiko Kamiji
2. 発表標題 Consideration of volunteer activities to support crime victims through Kamishibai (picture story show) production and performance by university students: Factors for safely incorporating victim support activities into undergraduate education
3. 学会等名 The 12th Annual Conference of the Asian Criminological Society (ACS2020) Online Meeting(On-demand Sessions;Paper Presentations)（国際学会）
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 舛田亮太・上地玲子
2. 発表標題 自傷に関する心理教育教材の開発研究3 - 女子高校生による自由記述の質的分析 -
3. 学会等名 日本心理臨床学会 第40回大会(Web大会)
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 Ryota Masuda&Reiko Kaniji
2. 発表標題 Developing Psycho-education textbook about Self-injury, trauma and dissociation for Japanese high-school students
3. 学会等名 24th World Congress of the International Association for Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions (virtual congress) (国際学会)
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 舛田亮太・上地玲子
2. 発表標題 自傷に関する心理教育教材の開発研究2 - 女子大学生による自由記述の分析 -
3. 学会等名 日本心理臨床学会 第39回大会(web大会)
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 舛田亮太・上地玲子
2. 発表標題 自傷に関する心理教育教材の開発研究－高校生、大学生を対象とした試作版について－
3. 学会等名 日本学校心理士2019年度大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 舛田亮太
2. 発表標題 中学高校における解離性自傷の対応に関する文献的研究
3. 学会等名 日本学校心理士2018年度大会
4. 発表年 2019年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

作成した心理教育教材等をまとめた研究報告書（紙媒体とCD）を作成した。

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
研究協力者	上地 玲子  (Kamiji Reiko)		

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