

令和 6 年 6 月 14 日現在

機関番号：11501

研究種目：若手研究

研究期間：2020～2023

課題番号：20K14178

研究課題名(和文) 友人関係の様態を考慮したうつ病大学生へのファーストエイド心理教育プログラムの開発

研究課題名(英文) University students' mental health first aid for peers with symptoms of depression

研究代表者

河合 輝久 (KAWAI, Teruhisa)

山形大学・地域教育文化学部・准教授

研究者番号：60780509

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,000,000円

研究成果の概要(和文)：本研究の問いは、「うつ病発症期の大学生への初期支援の核となる傾聴と援助要請を勧めることはどのような要素から成り、それらを実行する自信の程度は友人関係の持ち方によって異なるのか」というものである。ウェブ上での質問紙調査の結果、傾聴は認知的な側面(例、「理解」)と行動的な側面(例、「伝え返す」)から成ることが示唆された。また、援助要請を勧めることは、「気づき・状態評価の支え」「意思決定の支え」「意思に配慮した後押し」から成ることが示唆された。そして、友人関係において相手に配慮するよりも、自分自身を尊重する大学生は、これらを実行する自信の程度が相対的に低かった。

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次の二点である。第一に、うつ病発症期の大学生に対する援助行動のうち、「話を聴く」ことや「専門家に援助を求めるよう勧める」ことの多面性を明らかにした点である。第二に、それらを実行する自信の程度は、大学生の友人関係の取り方によって異なることを明らかにした点である。

うつ病発症期の大学生への初期支援に関する啓発・教育に関する効果指標を得たこと、大学生の友人関係の特徴ごとに発揮されやすい(あるいは、されにくい)援助行動を示すことで、従来型の一律的な知識提供や技能訓練を超えた啓発・教育のあり方を示せたことが本研究の社会的意義といえる。

研究成果の概要(英文)：The research question for this study is what elements comprise listening skills and skills to recommend seeking professional helps for friends developing depression, and does the degree of confidence in carrying them out vary depending on the friendship style. Results of a web-based survey suggested the following: ()listening skills consists of two domains: cognitive skills (e.g., "understanding") and behavioral skills(e.g., "reflection") . ()skills to recommend seeking professional helps consists of "awareness and appraisal of problems", "support for decision-making" and "encouragement". In addition, university students who respected themselves more than they cared about others in their friendships were less confident in listening to their depressed friends and recommending that they seek professional help.

研究分野：臨床心理学

キーワード：大学生 うつ病 メンタルヘルスファーストエイド 友人関係スタイル 傾聴 援助要請を勧める

1. 研究開始当初の背景

抑うつ症状を呈する大学生の平均有病率は約 30%であるとする報告があり (e.g., Ibrahim et al., 2013), うつ病は大学生の死因一位である自殺の原因・動機の一つである(厚生労働省, 2022)。大学生は相談相手として専門家よりも友人や家族を愛好する傾向を踏まえ、友人や家族等の非専門職によるメンタルヘルスファーストエイド(以下、ファーストエイド)の啓発が重要である。ファーストエイドとは、専門的支援の前に身近な周囲の非専門職から提供される初期支援であり、気づき、声をかけ、傾聴し、必要に応じて専門的支援につなぎ、見守る一連の過程を指す。従来研究では、実態把握(各ファーストエイド方略をどれくらい実行しようとするか・どれくらいの者が実行したかの検討)、要因分析(各ファーストエイドの意図や実行にどのような要因が関連しているかの検討)、介入研究(ファーストエイドを実行する自信や実行の向上を目的とし、その知識とスキルに関する一律情報提供型の介入の効果検討)が行われてきた。

その一方で、傾聴や援助要請勧奨に関するファーストエイドは、それぞれ複数の要素から成る概念であると考えられるが、従来、単一項目で測定されており、概念を正しく把握できていない点が課題である。また、わが国の大学生の友人関係の現代の特徴(例、軽躁的、傷つけ合い回避、評価懸念的(岡田, 2016))が見いだされているが、このような友人関係の様態はファーストエイドの関連要因として検討されておらず、介入上も考慮されていない点も課題に挙げられる。

2. 研究の目的

以上を踏まえ、本研究では、大学生の友人関係の様態を考慮したうつ病大学生へのファーストエイドスキルに関する心理教育プログラムと効果指標の開発および評価を行うことを目的に、次の2つの問いを明らかにする。

- (1) ファーストエイドの核となる傾聴および援助要請勧奨はどのような要素から成るのか
- (2) 大学生の友人関係の取り方によって、それらを実行する自信の程度は異なるのか

これらの問いを明らかにすることで、ファーストエイドの核となる傾聴および専門職への援助要請勧奨に対する介入効果を具体的に測定できる効果指標を得られる。また、従来の一律情報提供型の介入を超え、現代大学生の友人関係の取り方の違い別の介入アプローチを提案できる。

3. 研究の方法

上記の目的のために以下の(1)から(3)の研究を実施した。なお、研究を実施するにあたり、研究代表者の所属機関の倫理委員会の審査・承認を受けた。また、研究協力の依頼時に、協力内容、回答の任意性、回答データの保管と破棄方法等を含む説明文章を示し、研究協力への同意を求めた。

(1) 研究1 抑うつ症状を示す友人に対する傾聴効力感尺度の作成

調査1 調査会社の保有モニターの大学生のうち、冒頭宣誓、質問紙の教示文および項目文を読んだかの確認を通過した500名を対象に次の(a)~(c)に加え、デモグラフィック変数への回答を求めた。(a)および(b)は、Bond et al. (2019)が抽出したうつ病の症状を呈する者への初期支援の内容等を参考に作成した。(a)認知的側面の傾聴効力感尺度(25項目6件法)、(b)行動的側面の傾聴効力感尺度(49項目6件法)、(c)バランス型社会的望ましさ反応尺度日本語版(谷, 2008, 以下、BIDR-J)(24項目7件法)。

調査2 調査1とは異なる調査会社の保有モニターの大学生のうち、調査1と同様のスクリーニングを通過した478名を対象に次の(a)~(e)に加え、デモグラフィック変数への回答を求めた。(a)、(b)は研究1の(a)、(b)に同じ。(c)日本語版対人反応性指標(「共感的関心」と「視点取得」(いずれも7項目5件法))(日道他, 2017)、(d)社会的自己抑制尺度(「感情・欲求抑制」(9項目5件法))(原田・吉澤・吉田, 2008)、(e)うつ病接触経験尺度(榎原, 2020)12項目(接触の質により1-12点の順位得点が配点)、該当項目全てを選択するよう求めた。

調査3 調査1、調査2とは異なる会社の保有モニターのうち、研究1と同様の条件の大学生1380名を対象に調査1の(a)および(b)に回答を求めた。

(2) 研究 2 学生相談機関への援助要請を勧める効力感尺度の作成

調査 1 調査会社の保有モニターのうち、四年制大学に在籍し、研究協力時点で精神的健康について専門的治療・支援を受けていない大学生 400 名を対象にデモグラフィック変数の他、次の(a)から(d)に回答を求めた。(a)、(c)、(d)はうつ病事例を示したうえで回答を求めた。(a)学生相談機関への援助要請を勧める効力感尺度(うつ病に対する初期支援のガイドラインや援助要請及び授与の生起過程に関する理論に基づき項目を作成し、学生相談の専門家及び一般大学生による内容や言い回しの確認を経た 25 項目 6 件法)、(b) BIDR-J (谷, 2008, 以下, BIDR-J)、(c-1)うつ病事例経験の有無、(c-2) (c-1)で「はい」と回答した者に専門家への援助要請経験の有無、経験がある場合にはその専門家(択一式)、(d-1)うつ病事例経験のある家族あるいは友人の有無、(d-2) (d-1)で「はい」と回答した者に専門家への援助要請経験の有無、経験がある場合にはその専門家(択一式)、(e)精神障害に関する講義受講経験の有無。

調査 2 調査 1 とは異なる会社の保有モニターのうち、研究 1 と同様の条件の大学生 800 名を対象に調査 1 の (b)を除く項目に加え、次の(a)から(e)に回答を求めた。(a)情動コンピテンスプロフィール日本語短縮版(「情動コンピテンス他者領域」10 項目)(野崎・子安, 2015)、(b)ストレスの過小評価の信念を測定する尺度(「ストレス状態の過度の一般化」, 「ストレスに対する回避的態度」(いずれも 3 項目 4 件法))(井澤他, 2013)、(c)Japanese version of the Stigma Scale for Receiving Psychological Help (以下, SSRPH; Ina & Morita, 2015)、(d)日本語版対人反応性指標(「個人的苦痛」7 項目)(日道他, 2017)、(e)事例認知(択一式)。

調査 3 調査 1, 調査 2 とは異なる会社の保有モニターのうち、研究 1 と同様の条件の大学生 1380 名を対象に調査 1 の(a)に回答を求めた。

(3) 研究 3 大学生の友人関係の類型間の抑うつ症状を示す友人に対する傾聴効力感および援助要請勧奨効力感

調査対象者・調査手続き: 調査会社の保有モニターを対象に当該会社のセルフ型アンケートツールを用いてスクリーニング調査を実施し調査対象者を募り、回答期限までに本調査への協力の同意のうえ回答し、かつトラップ設問を通過した四年制大学生 (n=349-359) を対象に「3. 研究の方法」の「(3)」に示した(a)から(d)まですべてを含む質問紙セット、(a)と(b)と(d)を含む質問紙セット、(c)と(d)を含む質問紙セットのいずれかに回答を求めた。ウェブ上で質問紙調査を実施し、友人関係の取り方の違いによって、抑うつ症状を呈する友人への傾聴や援助要請勧奨を実行する自信の程度が異なるかを探索的に検討した。(a)研究 1 の(a)、(b)研究 1 の(b)、(c)研究 2 の(a)、(d)友人関係尺度(岡田, 2007)

4. 研究成果

(1)の成果

調査 1では、全項目同一選択肢で回答した者を除く 498 名を分析対象とした。尺度(a)および(b)の各項目と BIDR-J の相関が特に高くないことを確認したうえで、確認的因子分析を行った。その結果、「注意・集中」、「記憶」、「理解」、「解釈」、「評価の保留」の 5 因子が 1 次因子にまとまる 2 次因子モデルとした認知的側面の傾聴効力感尺度の適合度は許容範囲であった(CFI=.925, RMSEA=.074, SRMR=.047)。また、「視線を合わせる」(本因子で説明できる割合が小さかった 1 項目を削除)、「ペースを合わせる」、「話を遮らない」、「あいづちをうつ・うなずく」、「質問・確認する」、「伝え返す」、「批判的に応答しない」、「表情を示す」、「適度な距離を保つ」、「開かれた姿勢を保つ」の 10 因子が 1 次因子にまとまる 2 次因子モデルとした行動的側面の傾聴効力感尺度の適合度は許容範囲であった(CFI=.862, RMSEA=.068, SRMR=.067)。各因子の係数および係数は、.80 以上であった。

調査 2では、下記(e)が 12 点の者(うつ病当事者)、全項目を同一選択肢で回答した者を除く 457 名を分析対象とした。(a)および(b)の下位尺度得点と共感的関心、視点取得、感情・欲求抑制との相関係数を算出した結果、各下位尺度と各外的基準との相関係数は.334 ~ .531 であった。また、(a)および(b)のすべての下位尺度得点について、男性よりも女性の方が有意に高かった。その一方で、うつ病接触経験高群 96 名と接触経験低群 361 名の(a)および(b)の下位尺度得点間には有意差はなかった。

調査 3では、2 週間の間隔を空けた 2 時点の縦断調査に参加した 515 名を分析対象とした。測定結果の時間的安定性を検討するため、「認知的側面の傾聴効力感」および「行動的側面の傾聴効力感」の各因子の級内相関係数を算出した結果、順に、ICC=.716-.760, ICC=.640-.750 であった。

(2)の成果

調査 1では、研究協力への冒頭宣誓、トラップ設問を通過した 400 名を分析対象とした。(a)の各項目と BIDR-J の相関係数は.30 未満であったため、全項目を用いて探索的因子分析(最尤法, promax 回転)を行った。その結果、3 因子解が得られ、「気づき・状態評価の支え」(=.90)、「意思決定の支え」(=.85)、「意思に配慮した後押し」(=.81)と命名した。二次因子(「勸

める効力感」と命名)分析モデルの適合度も同様であったため($\chi^2(df)=505.01(206)$, $TLI=.92$, $CFI=.93$, $RMSEA=.06$, $SRMR=.05$), 本モデルを採用した。

調査2では、調査1と同様のスクリーニングを通過した624名を分析対象とした。調査1で抽出された3因子が1次因子(「勤める効力感」)にまとまる2次因子モデルが再現されるかを確認的因子分析によって検討した結果、想定したモデルとデータの当てはまりは、全体でも各群(性別間、うつ病事例の経験の有群・無群間、うつ病事例のような家族/友人の有群・無群間、精神障害に関する講義受講経験の有群・無群間、事例認知群間)でも許容範囲であった。また、「勤める効力感」は「情動コンピテンス他者領域」と中程度の正の相関を、「ストレス状態の過度の一般化」、「SSRPH」と弱い負の相関を示した。また、各一次因子と「情動コンピテンス他者領域」は弱～中程度の正の相関($r=.26$ $r=.49$)、「意思決定の支え」を除く一次因子と「ストレス状態の過度の一般化」は弱い負の相関($r=-.16$ $r=-.31$)を示した。さらに、「意思に配慮した後押し」と「ストレスに対する回避的態度」、「SSRPH」は弱い負の相関($r=-.11$ $r=-.15$)を示し、「意思決定の支え」と「個人的苦痛」は弱い負の相関 $r=-.11$ ($p=.01$)を示した。性別間、うつ病事例のような家族/友人の有群・無群間、精神障害に関する講義受講経験の有群・無群間、事例認知間の「勤める効力感」及びその下位尺度の得点差を検討した結果、女性は男性に比べ、事例経験のある家族/友人がいる群や精神障害に関する講義経験がある群はない群に比べ、事例を「うつ病」と認知する群は「病気でない/わからない」とする群に比べ、「勤める効力感」及び一部を除く下位尺度の得点が有意に高かった。

調査3では、2週間の間隔を空けた2時点の縦断調査に参加した515名を分析対象とした。測定結果の時間的安定性を検討するため、「勤める効力感」、「気づき・状態評価の支え」、「意思決定の支え」、「意思に配慮した後押し」の級内相関係数を算出した結果、順に、 $ICC=.701$, $ICC=.692$, $ICC=.684$, $ICC=.648$ であった。

(3)の成果

(a)から(d)まですべてを含む質問紙セット、(a)と(b)と(d)を含む質問紙セット、(c)と(d)を含む質問紙セットの分析対象者は、順に359名、349名、353名であった。

「友人関係尺度」の各下位尺度の得点にもとづいて調査協力者を3つの群に分類したうえで、各群間の「知的側面の傾聴効力感尺度」の合計得点、「行動的側面の傾聴効力感尺度」の合計得点、「学生相談機関への援助要請を勤める効力感尺度」の合計得点の差を検討した。その結果、「自己開示」得点が最も高い群の上記の各尺度の合計得点は他の2つの群に比べ小さかった。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計4件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 河合輝久
2. 発表標題 学生相談機関への援助要請を勤める効力感尺度の作成 抑うつ症状を呈する友人に学生相談機関の利用を勤めることに着目して
3. 学会等名 日本心理学会第87回大会
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 河合輝久
2. 発表標題 高校生の抑うつ症状に対する友人への援助要請 援助要請の実態とその実行・回避に伴う利益及びコストの検討
3. 学会等名 日本教育心理学会第65回総会
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 河合輝久
2. 発表標題 抑うつ症状を示す友人に対する傾聴効力感尺度の作成
3. 学会等名 日本教育心理学会第64回総会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 河合輝久
2. 発表標題 日本人高校生の抑うつ症状を呈する友人へのファーストエイド
3. 学会等名 日本心理学会第86回大会
4. 発表年 2022年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

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

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