

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 26 年 6 月 12 日現在

機関番号：24201

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2011～2013

課題番号：23593459

研究課題名(和文) 学校現場におけるレジリエンス能力の向上に向けたメンタルヘルスプログラムの開発

研究課題名(英文) Development of mental health program to improve of resilience capacity junior high school students

研究代表者

甘佐 京子 (amasa, kyoko)

滋賀県立大学・公私立大学の部局等・教授

研究者番号：70331650

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,900,000円、(間接経費) 870,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は中学生生徒を対象にしたメンタルヘルス・セルフマネジメント能力の開発プログラムの作成を目的に、中学校におけるメンタルヘルス教育の現状を把握し、海外のメンタルヘルス教育を基に、現状に応じたメンタルヘルス教育プログラムを検討した。教員へのインタビューでは、生徒に対するメンタルヘルス教育に対して、困難な点が多いと、戸惑う等の意見が得られた。オーストラリアで運営されているメンタルヘルス教育研修のMindMatterに参加し、その研修で得た、情報を基に、まず、教職員に向けての、研修内容についての検討を行った。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this research is to develop a mental health program in order for junior high school students to improve self-management ability. We interviewed junior high school teachers to collect information about present mental health education problems. We found out that they have a hard time to teach mental health to students because teachers did not have enough knowledge about mental illness. To understand about mental health education program (Mind Matters) in Australia, we joined the program in 2012. Then we made a mental health education program for junior high school students based on the program (Mind Matters) in Australia.

研究分野：看護学

科研費の分科・細目：地域看護学

キーワード：レジリエンス メンタルヘルス 思春期 学校保健

1. 研究開始当初の背景

日本国内の学校現場において、不登校やいじめさらに、学校内の暴力事件など多くの問題が表面化している。不登校は中学校入学時より一気に増加し、いじめに関しては小学校では学年が進むほど増加し、中学入学後も増加の一途をたどっている。不登校の理由としては、具体的な外的要因というより、「本人に関わる問題」が4割近くを占めている。また、不登校を継続している理由としては「不安などの情緒的混乱」精神的な不調と4～5割を占めている。生徒児童に対して疾患教育は重要であるが、その予防も考えたメンタルヘルス教育も同時に重要だと考えた。オーストラリアでは、中学・高校生にむけた学校精神保健増進プロジェクトとしてマインドマターズ(Mind Matters)が創設されている¹⁰⁾。その中には、心のしなやかさの強化、いじめと嫌がらせに対する対処および、精神疾患の理解等が網羅されており、その目的は、レジリエンス(回復力)の強化である。先行研究(H19～H22, 基盤研究(C)19592587)で目的としたのは、精神疾患に対する第三者的な偏見の排除というよりは、当事者として病気を知り、病気と向き合える強さを当事者・家族が持てることである。そのためには、病気だけでなく、自分自身や自分自身を取り巻く環境に向き合えるこころの強さが必要だと考える。その力を養うためにも日本の現状に応じた、児童・生徒に向けたメンタルヘルスのセルフマネジメント能力、特にレジリエンスの強化に向けた具体的な取り組みが重要な課題だと考える。

2. 研究の目的

本研究では、以下の三点の目標を達成するために、段階的に調査・研究を行うものである。

1)国内における、小学校・中学校におけるメンタルヘルス教育の現状を把握

(1)児童生徒の置かれている現状、問題点の確認、(2)教職員の置かれている現状、問題点の確認

2)海外で施行されている、メンタルヘルス教育を基に、国内の現状に応じたメンタルヘルス・セルフマネジメント能力の開発を目的とした長期的メンタルヘルス教育プログラムの作成

3)プログラムの暫定的実施及び評価

3. 研究の方法

本研究では、以下の三点の目標を達成するために、段階的に調査・研究を行うものである。

1)国内における、小学校・中学校におけるメンタルヘルス教育の現状を把握

(聞き取り調査)

2)海外で施行されている、メンタルヘルス教育を基に、国内の現状に応じたメンタルヘルス・セルフマネジメント能力の開発を目的とした長期的メンタルヘルス教育プログラムの内容・教材の作成

3)プログラム(試案)の暫定的実施及び評価

4. 研究成果

1)教員から聞き取った学校現場の状況

【方法】

1)研究参加者：A市内の中学校に勤務する中学校教諭4名。教員歴は13～25年であり、いずれも現任校において保健主事を担当している一般科目担当教諭。

2)方法：半構成面接を実施。面接内容は「生徒に行うメンタルヘルス教育の現状」「生徒への対応・支援における困難および必要と感じるメンタルヘルス教育内容」等である。

3)分析方法：インタビュー内容は文字データにして質的に分析した。

4)倫理的配慮：参加者には、書面および口頭で研究の主旨を説明し協力の同意を得た。参加者のプライバシーの保持および今回得られたデータの保管は研究者が行い終了後全データを廃棄することを確約した。なお、本研究は研究者の勤務校の倫理審査会の承認を得て実施している。

【結果】インタビューで次の内容が抽出された。メンタルヘルスに関連する教育は主に「保健体育」や「道徳」の科目の中で行われていること、また、実質的な支援として『特別支援学級や教室への登校ができない生徒のための別室クラスの支援』および『不登校生徒への対応』等があげられた。教職員は『職員間で連携・協力』しながら、必要に応じて『他機関への相談・介入依頼』を行っていた。また、そうした支援に生じる困難には、まず保護者に関連する事柄として『保護者の学校への要求の高さ』『保護者との問題に対する認識のずれ』『保護者との関係性』『偏見を持つ保護者』があり、それに加えて『小学校からの不十分な引継ぎ』『生徒の特性の変化』『人権教育との混在』が抽出された。メンタルヘルス教育の必要性については、環境変化が著しい中学校では『適応する力』を付ける教育、さらに精神疾患については『生徒への正しい知識』だけでなく『教職員の精神疾患に対する知識』『保護者が正しい知識を持つ』ことも必要であることが抽出された。

【考察】中学校教諭は、精神的に不安定な時期にある生徒に連携を図りながら対応している。その一方で、保護者との対応に非常に困難を感じている。保護者と教諭双方の問題に対する異なる理解認識が、その関係をより困難なものにしていると考えられる。特に、精神疾患やそれに類する疾患について、「道徳」教育で語られるという背景から、疾患というより差別してはならない対象としての捉え方が存在する。今後、生徒・教員・保護者を対処に精神疾患の正しい知識を含めたメンタルヘルス教育が課題であることが示唆された。

2)オーストラリアのメンタルヘルス教育
教員向けのメンタルヘルス教育研修 MindMatter, Level1 Introductory Workshop に共同研究者の、土田、長江と共に参加(H24.8.20～8.27)した。MindMatterは、オー

オーストラリアにおいて実施されているメンタルヘルス教育プログラムである、対象は 11 歳から 17 歳で、日本でいう中学生～高校生にあたる。これらの教育は、MindMatter のカリキュラムを教えるための研修を受けた学校教員が実施している。教師は、各州での研修センターでトレーニングを受ける。これらの研修については、希望すれば外国人であっても受講することが可能である。研修費は国(州)で賄われており、外国人であっても無料で研修を受けることができる。テキストについても、希望すれば無料で配布される。

現地の中学校の教員と共に研修を受け、MindMatter の中の、School Matter を中心に、生徒への教授内容や方法について基本的な知識を学ぶことができた。MindMatter の大きな枠組みとしては、1) スクールマターズ、2) コミュニティマターズ、3) 命の教育(自殺予防教育)の三つにて構築されている。スクールマターズでは、学校現場で、心の健康をどのように維持増進していくかということが中心であり、コミュニティマターズでは、オーストラリアという移民が多くまた原住民への差別なども含めて、集団の中で仲間はずれが生じたり、いじめに発展していくこともある。各民族の特性やそこにそれぞれの誇りを互いに見だし、健全な地域社会の確立を目的としている。

具体的な生徒への授業内容としては、メンタルヘルスの維持増進として、ストレスコーピングや、レジリエンスの強化について、さらに、精神疾患の早期介入を目的として、心の病気の理解等がカリキュラムに含まれている。特に、青少年の精神状態を安定させるために「レジリエンスの強化」は重要であると言われている。肯定的な自己認識、対応能力、自分のアイデンティティに対する肯定的感覚、個人の選択の意識は、個人の保護要因となる。これらの具体的な内容を、演習を通して生徒に実感してもらうことが重要である。オーストラリアという、移民の多い多民族国家であるが故の、様々な問題もあるが、いじめや差別といった、日本と同様の問題も抱えており、こうした教育内容を、日本の現状に向けたものに修正を加えながら検討していくことの必要性を確認した。

この研修は、受講している教員自身が生徒と同じ立ちように、インストラクターによる研修を受けるといふ、演習形式になっている。

授業を受けた生徒がどのように感じ、どのような体験をするのか追体験していくことは、教える立場の役割をもつ者にとっては、非常に有意義な時間となった。教えていく立場にある教職員に対する、メンタルヘルス研修は、日本においても非常に今後重要になると考えられる。

3) レジリエンスの強化に向けた研修内容の検討

Maindo matter は、生徒の心の健康を教育するために、学校だけでなくコミュニティも

含めての教育プログラムとなっている。

本研究課題は、精神的な疾患の予防及び早期発見が大きな目的である。そのため、予防的な観点としてのレジリエンスの強化を中心にした内容と、早期発見の観点として、精神疾患について知るといふ部分を中心に研修内容を精選した。

レジリエンスの強化に向けて
コミュニケーション

自尊心

チームワーク

学校への所属感および連帯感

といった、レジリエンスの保護要因の促進について、具体的な内容を挙げレジリエンスの強化に向けたものを検討した。

心の病気を理解する

精神疾患に対して正しい知識を持つことで、偏見をなくし、疾患(疾患をもつ者)に対して理解を深めるとともに、自分自身も病む存在であり、その時に援助希求行動がとれることを目的とする。

先行研究(甘佐 2011)でも、日本の中学生の多くは、ネットやテレビから精神疾患の情報を取り入れており、それが正確な知識かどうかの判断基準は教育されていない。

教育内容として取り上げる疾患は「統合失調症」「摂食障害」「抑うつ」「強迫性障害」「不安障害」等の、思春期に発症しやすい疾患及び症状である。自分たちは何を知っていて、何を知らないのか、知っていると思うことは正しいのか正しくないのかそうした問いかけを軸にしながら、精神疾患の理解を深めていく内容とした。また、精神疾患とそれともなうスティグマについて考えるために、スティグマとは何か、私たちにどのような影響を与えるものなのかといったことをグループワーク等で考えてもらうようにする。

この二点を軸に、パワーポイントを用いて、資料用冊子を作成した。

作成した資料の一部を、以下に示す。



・思春期・青年期の課題

－身体的・精神的・社会的に大人の世界への転換期を迎える時期 → 冒険 学び 成長

－親・教師の役割変化 → ストレス、脆弱性
※課題や困難を与えられる時期である

精神衛生上の問題

<レジリエンスの確立に関連する保護要因>

1. 初期のリスク要因の発現を予防する
2. リスク要因が作用するプロセスの遮断
3. リスク要因に対する緩衝剤としての作用
4. 自尊心自己効力感の促進



本課題では、教育プログラムの暫定的実施および評価まで行う予定であったが、実施に際し調整がスムーズに進まず、2014年度に市内の中学校において実施する予定である。

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)

山下真裕子, 甘佐京子, 牧野耕次: レジリエンスにおける心理的ストレス反応低減効果の検討, 日本精神保健学会誌, vol. 20, No. 2, 2011

〔学会発表〕(計 1 件)

甘佐京子, 長江美代子, 土田幸子, 山下真裕子: 中学校教諭の認識による中学校教育現場でのメンタルヘルス教育の課題およびニーズ, 第 32 回日本看護科学学会学術集会, 2012, 12, 20(東京).

〔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:

出願年月日:

国内外の別:

取得状況 (計 0 件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号:

取得年月日:

国内外の別:

〔その他〕

土田幸子, 甘佐京子: あすばる甲賀主催第 16 回公開精神保健福祉講座, 「学校現場でのメンタルヘルス教育の現状について」

6. 研究組織

(1) 研究代表者

甘佐京子 (AMASA KYOKO)

滋賀県立大学・人間看護学部・教授

研究者番号: 70331650

(2) 研究分担者

長江美代子 (NAGAE MIYOKO)

日本福祉大学・研究所・研究員

研究者番号: 40418869

(H23 ~ H25 年研究分担者)

土田幸子 (TUTIDA SACHIKO)

三重大学・医学部・助教

研究者番号: 90362342

(H23 ~ H25 年研究分担者)

牧野耕次 (MAKINO KOUJI)

滋賀県立大学・人間看護学部・准教授

研究者番号: 00342139

(H23 ~ H25 年研究分担者)

山下真裕子 (YAMASHITA MAYUKO)

神奈川県立保健福祉大学・看護学部・講師

研究者番号: 40574611

(H23 ~ H25 年度研究分担者)