様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ２８ 年　 ６ 月 ２７ 日現在

機関番号：３７１１１
研究種目：基盤研究(C)（一般）
研究期間：2013～2015
課題番号：２５３８０９７１

研究課題名（和文）保護者のメンタルヘルスリテラシーに関する心理教育的研究

研究課題名（英文）Psychoeducational Research on Mental Health Literacy among Guardians

研究代表者
吉岡　久美子（村上久美子）（YOSHIOKA, KUMIKO）

福岡大学・人文学部・教授

研究者番号：６０３５２３７４

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　3,400,000円

研究成果の概要（和文）：本研究では保護者のメンタルヘルスリテラシー調査を実施し，保護者への心理教育的支援について検討することを目的とした。方法として国際比較可能な調査票を活用し，インターネット調査を実施した。主な結果として（１）事例の認識度が低調であったことから，早期発見・早期支援につながるような事例の認識度を高める工夫を行うこと，（２）専門家への期待と同時に家族等身近な人への期待も高かったことから，インフォーマルな支援のあり方について検討を加えること，（３）保護者の心情を理解した丁寧な支援を心がけること，（４）メンタルヘルスに関する普及啓発活動では，保護者のもとへ届く適切な情報提供の工夫を行うことなどがあげられた。

研究成果の概要（英文）：In this research, mental health literacy surveys were conducted with the aim of investigating forms of psychoeducational support for guardians. The methodology consisted of online surveys. The main findings from these surveys can by summarized as follows:(1) There was a distinct lack of correct awareness of the cases among the respondents. This highlights the need to consider ways of improving guardians’ awareness of the cases as a means of assisting in early detection and support for mental health disorders. (2)We must also take into consideration the forms that this informal support might take. (3) In all cases, a large proportion of the respondents answered “No confidence at all” in respect to support, and “Feel anxious or scared” when it came to requesting assistance. This shows the importance of understanding the concerns of guardians and providing them with careful support.(4) We must also consider the ways in which information is disseminated to guardians.

研究分野：臨床心理学

キーワード：メンタルヘルスリテラシー　保護者　心理教育

１．研究開始当初の背景

メンタルヘルスリテラシーという用語は，A.F.Jorm 氏らが考案した概念で，「メンタルヘルスに関する知識，理解，教養，信念，態度」の総称のことである（吉岡，2010）。こうしたメンタルヘルスリテラシーを高めることは，人が生涯にわたり，心の健康を維持・増進する一助になるのではないかと考える。

筆者は，中根らの「精神保健の知識と理解に関する日豪共同研究」（平成 15－17 年度厚生労働省科学研究費）に分担研究者として参画させていただき，日豪での国際比較研究に携わらせていただいてきた。研究期間終了後は，これらの研究成果を土台として，学校・教育現場を対象としたメンタルヘルス研究へと展開し，研究を進めてきた。

学校現場を対象としたメンタルヘルスリテラシー調査では，若者の事例の認識度や支援の特徴などについて明らかにし，教育が果たす役割の重要性について示唆してきた（Yoshioka K,Reavley NJ,et.al,2014)。また，保護者が果たす役割の重要性についても言及し，保護者のメンタルヘルスリテラシーに着目した。

保護者の「メンタルヘルスリテラシー」を高めようとする試みは，児童・思春期の子どもたちの心理教育的支援に関する一つの方法として重要ではないかと考える。また保護者がこうした力をつけることは，子どもたちの心理的問題への早期発見のみならず，保護者自身のメンタルヘルスの維持・増進にも繋がるのではないかと思われる。しかしながらこれまでは，保護者のメンタルヘルスリテラシーに関する情報は乏しい状況であった。

２．研究の目的

こうした背景を踏まえ，本研究では保護者のメンタルヘルスリテラシー調査を実施し，その実態を把握し，保護者への心理教育的支援について検討することを目的とした。

３．研究の方法

（１）倫理的配慮

調査票は国際比較可能なもので，調査票作成者の A.F.Jorm 氏の許可を得て，日本語版を作成した。調査実施にあたっては A-IT 会社に研究倫理に関わる伺いをたて，社内検討の上で，調査実施の許可を得た。調査は，2013 年に行った。なお，本調査に関するクレームは 0 であった。

（２）調査票について

調査票は，ICD10(F20)の基準に則り作成された 3 つの仮想事例である。事例の認識，支援を求めることに関する信念，意思，障壁，介入についての信念，スティグマ的態度と社会的距離などから構成されている。質問項目は，23 の設問からなっている。なお事例は 3 事例（うつ病仮想事例，統合失調症仮想事例，社交不安仮想事例）あり，これらのうち一つが提示され，それの質問項目に回答するという形式である。

（３）手続き

昨今の IT の普及を踏まえて，また全国の幅広い保護者の方の考えを集約することが出来ると考え，インターネット調査を選択した。複数社の中から，全国にモニターをもつことや年間の調査実績などを検討し，A-IT 会社を選択した。調査実施前には，インターネット調査の特徴・留意点を十二分に考慮しながら調査票をインターネット仕様にかえ，予備調査を実施した。併せて，回答中・回答後のフォローについても入念な打ち合わせを行い，調査を実施した。

調査は，A-IT 会社のモニター登録者の中から，全国 7 区分の構成比を配慮し，47 都道府県の保護者 1,200 名（男女各 600 名）を，事例別に均等になるように回収した。平均年齢は，43.8 歳（SD＝6.02）であった。

（４）調査結果の多角的な検討について

調査結果については，保護者のメンタルヘルスリテラシーの実態とそれに基づく支援を幅広く検討するため，これまで行ってきた若者のメンタルヘルスリテラシー調査結果や一般住民を対象とした調査も参考にしながら検討・考察を加えることにした。

更に，メンタルヘルスリテラシー提唱者の A.F.Jorm 氏らと情報交換やディスカッションを継続して行いながら，国際比較の見地からも検討を加えた。

４．研究成果

ここでは，（１）保護者のメンタルヘルスリテラシー調査結果の中から主なものについていくつか紹介し，（２）（１）の結果を踏まえて，保護者への心理教育的支援のポイントについて考察を加える。

（１）保護者のメンタルヘルスリテラシー調査結果

１）事例についての適切な認識度

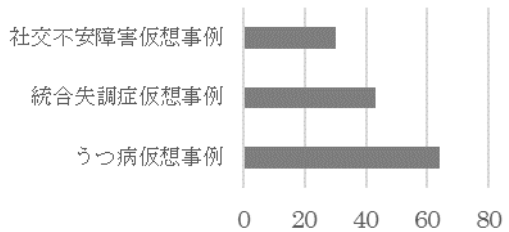

図１　事例についての適切な認識度（%）

うつ病仮想事例については 60%を超えるが，統合失調症仮想事例，社交不安仮想事例については，それぞれ 40%程度，30%程度であ

った。ちなみに，今回の結果の一つの比較対象として実施した，一般住民を対象にした調査（うつ病仮想事例，統合失調症仮想事例）では，うつ病仮想事例についての認識は 50%をやや超え，統合失調症仮想事例は 50%をやや下回っていた。

２）事例のような人を助けることについて

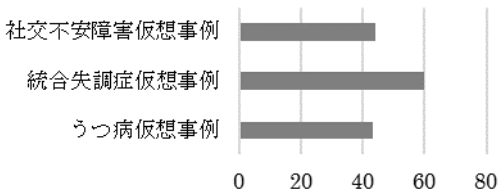

図２　事例のような人を助けることについて，「全く自信がない」（%）

事例の別を問わず，40%以上の人（統合失調症仮想事例については 60%以上）が「全く自信がない」と回答していた。

３）「助けになる」と思う人について

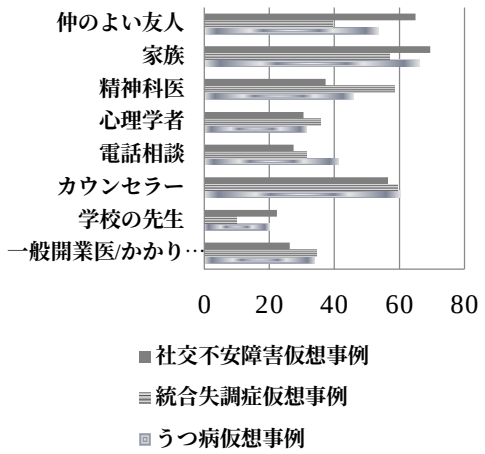

図３　「助けになる」と思う援助について

専門家（カウンセラーや精神科医師など）への一定の期待がある一方で，家族や仲のよい友人といったインフォーマルなサポートへの期待も高かった。こうした傾向は，これまで実施してきた若者を対象とした調査結果においてもみられた。

４）「役に立つ」と思う支援について

「役に立つ」と思う援助（「図４」）については，事例の別を問わず，“話を聴く”，“一緒に何か取り組めることがないか話す”の回答が高かった。一方で，“死にたい気持ちがあるかどうか尋ねる”については，事例の別を問わず 10%未満で，最も低かった。

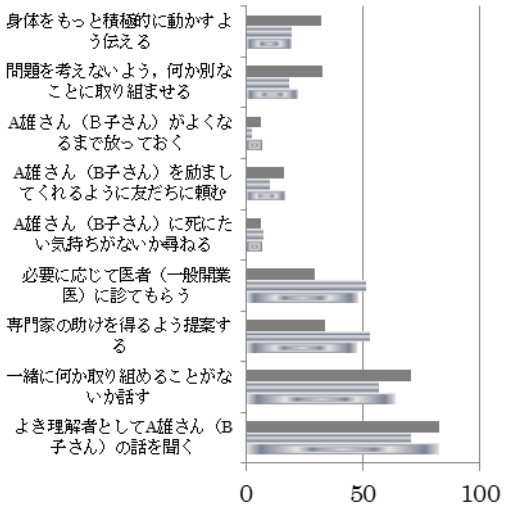

図４　「役に立つ」と思う援助（%）

５）「助けを求めない」理由について

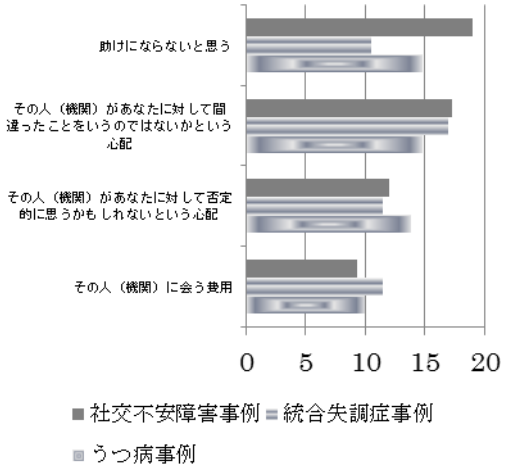

図５　「助けを求めない」理由（%）

「助けを求めない理由」については，“その人（機関）があなたに対して何か否定的に思うかも知れないという不安”や“その人（機関）が間違ったことを言うのではないか”といった不安や心配，あるいは費用負担があげられた。若者を対象とした調査においても，同様の傾向がみられた。なお事例によっては，助けにならないという回答もみられた。

６）この 12 ヶ月の間に，メンタルヘルスに関する話題について情報を得たかどうかについて

「子どもの学校で情報を得た」（はい 5.7%，いいえ 94.3%），職場で情報を得た（はい 13.7%，いいえ 86.3%）であり，保護者がメンタルヘルスに関する情報を得ている割合は，全体として低調であることが伺えた。なお情報源としては，学校で配布されるパンフレットや職場の研修会や資料等があげられ

た。

（２）保護者への心理教育的支援について
　今回の調査結果を踏まえながら，保護者への心理教育的支援について，次のようなポインが考えられた。
　第一に，「早期発見，早期支援につながるような事例の認識度の向上」についてである。事例の適切な認識度を高めることは，保護者自身あるいは子どもたち更には周囲の人々のメンタルヘルスに関する早期発見，早期支援の一助につながると考える。これまで若者を対象に行ってきた調査や一般住民を対象に行った調査においても，更なる認識度向上の工夫が考えられた。なお，ここでいう認識度の向上とは，単に認識度をあげるということではなく，認識度の向上が支援につながるような方向性，それに向けた工夫を考えることが必要であると思われる。
　第二に，「インフォーマルな支援のあり方」について検討することである。今回「助けになる」と思う支援として，専門家への期待と同時に家族や仲のよい友人などインフォーマルなサポートへの期待が全体的に高かった。専門家によるフォーマルな支援と身近な人々によるインフォーマルな支援の双方がうまく連携していけるよう，保護者をとりまく身近な人々への支援のあり方について，検討する必要があると思われる。
　第三に，「保護者の心情を理解した丁寧な支援」を心がけることである。保護者が「役に立つ」と考える援助として，事例の別を問わず，“愛情を注ぐ”，“よき理解者として話を聴く”といった割合が高かった。この結果については，A.F.Jorm 氏らとの意見交換において，豪州の調査においても同様の結果がみられ，日豪共通の認識であることが確認された。一方で，支援を行うことについては「全く自信がない」の回答割合が高かった。また援助を求めることについても「不安や心配」といった回答割合が高かった。保護者を支援する際には，保護者のこうした心情を十二分に理解し，丁寧な関わりを心がけることが肝要であると思われる。そうした保護者への丁寧な対応は，子どもたちの支援にも繋がると考える。
　第四に，「学校や職場における，メンタルヘルスに関する適切な情報提供・普及啓発活動」の工夫についてである。今回の調査においては，保護者のメンタルヘルスに関する情報取得の割合が低調であった。正確で適切な，保護者のニーズに即した情報が，保護者のもとへ届くような創意工夫についても，今後検討を重ねる必要があるのではないかと考える。

＜引用文献＞
吉岡久美子，メンタルヘルスリテラシーとは，心のバリアフリーを目指して，中根允文・吉岡久美子・中根英之，勁草書房，2010，pp.15-21.

中根允文，精神保健の知識と理解に関する日豪比較共同研究，平成 15－17 年度総合研究報告書，2006.

Yoshioka K, Reavley NJ, Mackinnon,AJ, Jorm AF. Stigmatising attitudes towards people with mental disorders:results from survey of Japanese high school students, Psychiatry Research, 2014, pp.215-229.

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　　２件）
①吉岡　久美子・中根允文，メンタルヘルスリテラシー10 年後研究－インターネット調査を活用した検討，精神医学，査読有，Vol.57, 2015,pp.909-917.

②吉岡　久美子，保護者の help-seeking の特徴と支援－保護者のメンタルヘルスリテラシー調査からの検討，精神科，査読なし，Vol.24, 2014,pp.657-662.

〔学会発表〕（計　　２件）
①吉岡　久美子，保護者のメンタルヘルスリテラシーに関する心理教育的支援，日本カウンセリング学会，2015 年 8 月 29 日，環太平洋大学.

② Kumiko Yoshioka, Parent’s Mental Health Literacy Survey in Japan,World Association of Social Psychiatry Jubliee Congress,2014 年 11 月 13 日－15 日,London.

〔その他〕（計　　１件）
①吉岡　久美子，保護者のメンタルヘルスリテラシー調査から，公益財団法人「こころのバリアフリー研究会」総会，2015 年 6 月 14 日，NTT 東日本関東病院.

６．研究組織
(1)研究代表者
吉岡　久美子（YOSHIOKA,Kumiko）
福岡大学・人文学部・教授
研究者番号：60352374