

2022 年度実践的研究助成（1 年助成）

研究成果抄録

『高校生の保護者に対する
精神疾患に対するスティグマ介入開発』

代表研究者；津田 菜摘

（同志社大学 助教）

研究成果抄録

高校生の保護者に対する精神疾患に対するスティグマ介入の開発

同志社大学心理学部 津田菜摘

研究課題

本研究では、高校生の保護者が持つスティグマ減少を目的とした、コストパフォーマンスの高い、体験的かつ個人の思考に着目させる介入を作成する必要がある、という点を課題として設定した。

精神疾患に対するスティグマは、精神疾患という属性に付随する否定的なイメージを指し、精神疾患の罹患を疑う場合の早期受診や、精神疾患罹患者の社会復帰を妨げることから問題視されている (e.g., Scheid, 2005)。特に、10代後半は一部の精神疾患の好発期であり、若年層での精神疾患に対する否定的なイメージの改善は急務であることから、2022年4月より学習指導要領が改定された。それに伴い、「精神疾患の予防と回復」という内容が高等学校において扱われるようになるなど、知識普及に向けて積極的な取り組みが行われてきた。上述の子どもへの取り組みに加え、保護者が有するスティグマは子どもが持つスティグマに影響を与える (Jorm et al., 2008) ことや、子どもが受診する際に大きな影響を与えうることから、保護者に対する介入についても視野に入れる必要がある。

ただし、保護者に対してアプローチを行う場合は、子どもと同様の知識獲得を目的とした心理教育を行うだけでは介入として不十分である。なぜなら、成人においては心理教育よりも当事者との接触が有効であることが示されているからである (Corrigan et al., 2012)。しかし、当該介入は心理教育と比較してそのコストが大きい。そのため、成人に対して心理教育と同じようなコストを抑えた講義形式でありつつも、当事者との接触のように体験的に実施可能な介入法を作成する必要がある。そこで、精神疾患に対するスティグマ対策として、アクセプタンス&コミットメント・セラピー (以下、ACT) による介入を行うこととした。ACTでは、特定の知識付与ではなく、介入を受ける各個人が自分自身の持つスティグマに着目し、それに対する気づきを深める。そうすることで、知識付与によって反対に精神疾患患者へのハードルが高くなるといった悪影響を防ぎ、自身が大切にしている方向性である価値に基づく行動の増加を狙うことができる。

枠組み

本研究の目的は、「高校生の保護者が有する精神疾患に対するスティグマ改善プログラム」の開発およびその効果の検証であり、高校生の保護者を対象としたアクセプタンス&コミットメント・セラピー (以下、ACT) によるスティグマへの介入研究を実施した。高等学校において参加者募集を行い、希望者を対象に募集を行った高等学校の休日に研究者が出張する形式でワークショップを行った。ワークショップは臨床心理学を専門とする研究者が実施し、高等学校への依

頼は実践家の協力の元で行った。

方法

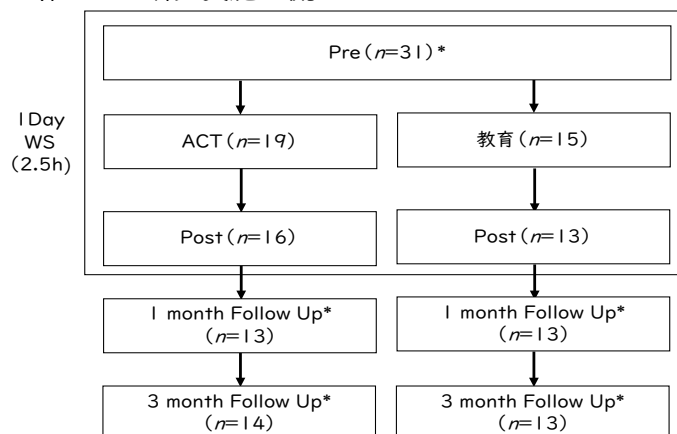
対象者

高校生の保護者 34 名（男性：5 名，女性：29 名，平均年齢：48.06±5.96 歳）を対象にワークショップを実施した。また，保護者に対する介入の波及効果を検討するために，その子どもについてもアンケート回答を依頼した。いずれか一回でも回答が得られた子どもは 32 名（男性：20 名，女性：12 名，平均年齢：16.41±1.10 歳）であった。

手続き

研究の流れと保護者人数の変遷は Figure 1 に示す。高等学校 2 校において「あなたの中にある“考え”に気づくワークショップ」として研究参加者を募集し，それぞれのタイミングで応募があった参加者を対象に計 3 回のワークショップを実施した。ただし，2 回目のワークショップでは 4 名しか参加希望がなかったため，グループワークなどの性質を考慮し，1 回目のワークショップにおいて心理教育群より人数が少なかった ACT 群に割り付けた。それぞれの参加者には Pre, Post, 1 ヶ月フォローアップ，3 ヶ月フォローアップの合計 4 回アンケート回答を依頼した。保護者がワークショップに参加することは必須とし，その他のアンケート（保護者・子含む）にも全て回答した場合，謝礼として 4,000 円が支払われた。アンケートに回答の欠損がある場合は参加分のみ支払われた。

Figure 1 研究実施の流れ



注) *のタイミングで子どもにもアンケート回答を依頼した

介入内容

ワークショップはアンケート回答を含んだ 2.5 時間で実施された。その内容は，Masuda et al. (2007)を参考に作成された。心理教育群では，学習指導要領にて扱われる疾患（うつ病・不安症・統合失調症など）についての情報提供を，グループディスカッションにおける意見交換も含めて行った。一方の ACT 群では，自身が持つ精神疾患へのイメージへの気づき（アクセプタンス）を促し，自身の人生において大切にしたいことを明確にする（コミットメント）ように，エクササイズを用いた介入が行われた。

測定内容

保護者・子ともに下記の指標を測定した。

メインアウトカム 本研究では、自分自身が有するスティグマへの気づきを測定することを主目的とした。そのため、スティグマに関連した心理的柔軟性（スティグマに囚われずに柔軟に行動を選択できる程度）を測定するための指標（AAQ-S；Levin et al., 2014）と、精神疾患という語に対する不快感と確信度（VASにより0-100で測定）を測定した。

セカンダリアウトカム スティグマ研究にて広く用いられる質問紙である、日本語版 Link スティグマ尺度（蓮井他, 1999）を副次的に測定した。また、行動的な指標として、保護者と子の子の心理的不調について1か月間で話した回数を尋ねた。

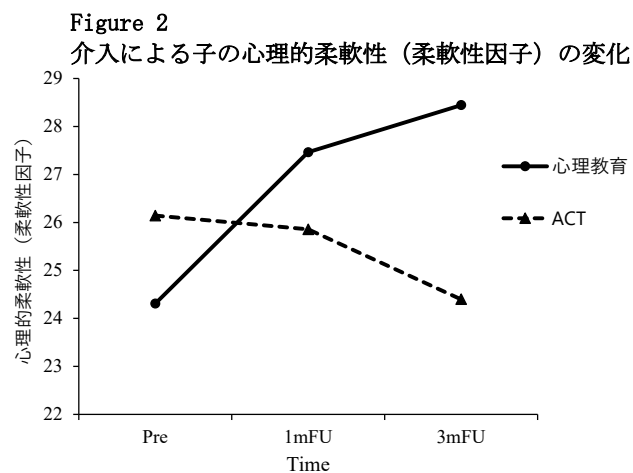
倫理的配慮

研究代表者が所属している大学の「人を対象とする研究計画等倫理審査」に、申請を行い研究実施の承認を得た上で実施した（承認番号：202209）。

結果

ACTによるスティグマ減少効果の検討

線形混合モデルを用いて、保護者が受けた介入の種類と時間を説明変数、各種アウトカム指標を目的変数として介入効果を検討した。その結果、保護者のいずれの指標においても効果はみとめられなかった（*n.s.*）。一方で、子のアンケート回答では、AAQ-Sの柔軟性因子にのみ交互作用がみとめられ、心理教育群では悪化がみとめられたが、ACT群ではそうした傾向は示されなかった（ $\beta = -3.47, p < .05$ ）。各群における柔軟性因子の時期ごとの平均値を Figure 2 に示す。



保護者の心理指標の変化による子の指標の変化の検討

保護者において十分な介入効果が認められなかったため、群の種別を考慮せず、保護者の指標の変化による子の指標の変化を検討した。その結果、“精神疾患”というワードに対する不快感が介入前後で悪化した、もしくは改善の程度が比較的小さい保護者の子は不快感が悪化し、同指標が介入前後で比較的大きく改善した保護者の子は不快感が減少していることが明らかになった（ $\beta = 0.62, p < .01$; Figure 3）。

さらに、AAQ-Sの柔軟性因子が介入前後で悪化した、もしくは改善の程度が比較的小さかった保護者の子は、“精神疾患”に対するイメージへの確信度が強くなったことが明らかになった ($\beta=0.63, p<.01$; Figure 4)。

Figure 3
親の不快度の変化量による子の不快度の変化

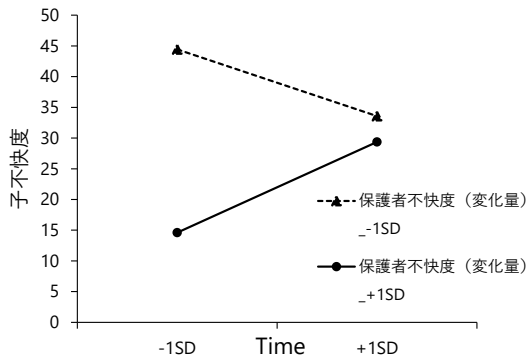
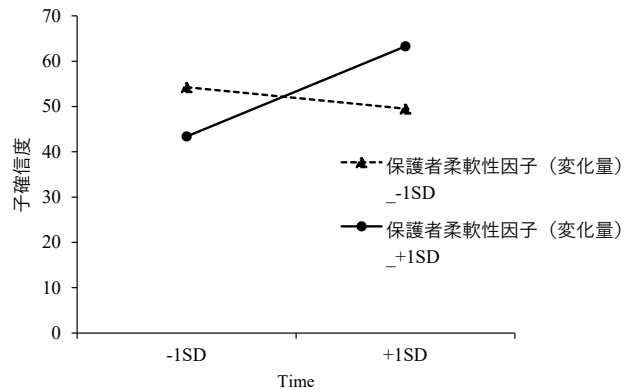


Figure 4
親のAAQ-S (柔軟性因子) の変化量による子の確信度の変化



考察・まとめ

本研究の結果から、保護者を対象としたACTによる精神疾患に対するスティグマ減少への介入効果は、アクティブコントロールである心理教育と比較して大きいとは言えないことが明らかになった。しかし、介入手法を限定しない形で、今後のスティグマ改善に向けた2点の示唆を得ることができた。

1点目は、保護者へのスティグマ改善アプローチにより、子のスティグマ改善効果が期待できることである。本研究では、保護者が感じる“精神疾患”という語への不快度の変化が、子が感じる“精神疾患”という語への不快度に影響を及ぼすことが明らかとなった。この結果は、Jorm et al. (2008)などで示されている、保護者のスティグマが子に影響を与えるという知見と一致しており、保護者を対象としたスティグマ改善プログラムを実装することの社会的有用性を、本邦においても改めて確認できた点で意義がある。

2点目は、保護者がスティグマ存在下での自身の行動の選択を、従来よりも今、ここに存在し、価値に向かった形でできるようになると、子の部分的な思考の厳格さが緩和される可能性である。本研究では、保護者の心理的柔軟性の向上が、子の精神疾患関連の思考に対する確信度に影響を与える可能性が示された。当該の結果から、保護者のスティグマをはじめとする思考との付き合い方の改善によって、直接の介入を受けていない子に対して望ましい影響をもたらされることが推測される。つまり、介入対象として保護者に焦点を当てることは、保護者本人だけでなく子にも望ましい影響を及ぼしようという点で、介入の波及効果の観点からも意義があると考えられる。

以上より、本研究は研究参加者数の不足など限界点はあるものの、今後のスティグマ改善のための研究に寄与する知見をもたらすものであったと考えられる。