

論文概要

○論文題目 大学生のための自殺予防教育プログラムの開発

○指導教員

人間総合科学研究科 医学医療系 太刀川弘和 教授

(所 属) 筑波大学大学院人間総合科学研究科疾患制御医学専攻

(氏 名) 高橋 あすみ

目的

本論文では、大学生のための自殺予防教育プログラムを新たに開発し、自殺関連行動や精神的健康を含むアウトカムを用いてその効果を検証することによって、大学における自殺の一次予防に寄与することを目的とした。

研究 1

目的

大学生のための自殺予防教育の構成を文献によって検討する。

対象と方法

大学生の自殺予防教育に関わる国内外の先行研究を概観し、本研究で開発する自殺予防教育の目的とキーコンセプト、教育手法を定めた。

結果と考察

大学生の自殺を防ぐには、大学生が (1) 自分の心の問題に対処できるようになること、(2) 自分の心の問題に対処できない時、他者に相談できるようになること、(3) 他者に心の問題について相談された時、対処できるようになること、を目的とした自殺予防教育が重要であると考えられる。これらの目的を達成するために、大学生の自殺や援助要請に関連する要因として、メンタルヘルス・リテラシー、スティグマ、ゲートキーパーの三つをキーコンセプトとして取り上げ、大学生のための自殺予防教育プログラム CAMPUS (Crisis-management, Anti-stigma, and Mental Health Literacy Program for University Students) を開発することとした。

研究 2

目的

大学生に CAMPUS 試作版を実践し、探索的にその効果を検証する。

対象と方法

2017年7月に医学生145名を対象に、必修授業の一環としてCAMPUS試作版を実施した。試作版の内容は三つの教育コンセプトに基づき、講義と2種類の演習(ロールプレイ演習、ゲートキーパー演習)から構成した。対象者は全体で講義を受けた後、グループでシナリオに基づいてロールプレイを行う演習か、ゲートキーパーの動画を視聴して傾聴の練習をするゲートキーパー演習のどちらか一つに参加した。プログラム前後と3か月後に調査を実

施し、136 人の有効回答を分析した。

結果

CAMPUS 試作版に参加した対象者は、3 カ月後にうつ重症度が低下し、精神的健康が向上していたことが示された。また、全体的にゲートキーパー自己効力感が向上していた。ロールプレイ演習に参加した対象者は、特にコーピングスキルが改善していた。また、ゲートキーパー演習を受けた学生のうち、プログラム前に自殺関連行動やうつ症状の高かった学生は、3 か月後に自殺関連行動が減少していた。

考察

今回開発した CAMPUS 試作版の 2 種類の演習は、縦断的に異なる効果を示したが、どちらも大学生の精神的健康に肯定的影響を及ぼし、自殺予防に有効であることが示唆された。

研究 3

目的

研究 2 の結果を踏まえ、改良した CAMPUS の効果を実証する。

対象と方法

ロールプレイ演習とゲートキーパー演習のどちらも含んだ内容に CAMPUS を改良した。2019 年 7 月に医学生 136 名を対象に、必修授業の一環として CAMPUS を実施した。プログラム前後、3 か月後、6 か月後に調査を実施した。

結果

プログラム前後と 6 か月後の調査に回答した 107 人のうち、プログラム前に何らかの自殺関連行動を示していた学生の割合が、6 か月後には有意に減少していることが示された。また、プログラム後に学生の自己受容が有意に高まっていたことに加え、ゲートキーパー自己効力感、専門家に対する援助要請の意図に縦断的な向上が認められた。

考察

CAMPUS の内容を改善したことによって、援助要請意図の縦断的な向上や自殺関連行動を示す学生数の減少が確認された。以上より、自殺予防教育プログラム CAMPUS の有効性が確認された。

結論

本研究では、メンタルヘルス・リテラシー、スティグマ、ゲートキーパーをキーコンセプトとした、大学生のための自殺予防教育プログラム CAMPUS を開発した。試作版の実践に基づいて作成した CAMPUS を医学生に実施した結果、自殺関連行動を示していた対象者の割合が 6 か月後に減少していた。また、ゲートキーパーの自己効力感や専門家への援助要請意図は、プログラム前より 6 か月後に高まっていることが示された。以上の結果から、大学における一次予防としての CAMPUS の有効性を確認した。今後は、より多くの大学でも CAMPUS を実施し、一般化可能性を高めていく検討が重要である。