

令和元年6月16日現在

機関番号：12102

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2015～2018

課題番号：15K01646

研究課題名(和文) 大学生の自殺予防を目的とするメンタルヘルスリテラシー教育手法の開発

研究課題名(英文) Developing a mental health literacy education program for university students to prevent their suicides

研究代表者

太刀川 弘和 (Tachikawa, Hirokazu)

筑波大学・医学医療系・教授

研究者番号：10344889

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,700,000円

研究成果の概要(和文)：近年各大学で自殺予防対策が始まっている。しかしこれまでに、大学生向けの標準化された自殺予防教育手法は開発されていない。そこで本研究では、欧米の自殺予防プログラムを参照して講義形式とeラーニング形式の二つの自殺予防のメンタルヘルス・リテラシー教材を開発し、有用性を検証した。講義と演習からなる自殺予防教育プログラムCAMPUSは、医学部生に実施した。実施後に自殺予防の理解度は向上し、3か月後に自殺念慮も低下した。E-learningの危機介入リテラシープログラムは、実施後のウェブ調査で被験者の知識が向上し、抑うつ気分も低下した。二つの自殺予防教育プログラムは、大学生の自殺予防に有効と思われた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

従来大学生の自殺予防対策でエビデンスのある報告は少なく、とりわけ大学生むけに自殺予防に特化した教育プログラムを作成し、その効果を自殺念慮の低減も含めて検討した研究は類例がほとんどない。本研究では海外の自殺予防プログラムの翻訳導入には至らなかったが、講義形式、eラーニング形式の二つの自殺予防教育教材を独自に開発し、大学生に実施して教育効果、自殺予防効果を確認でき、研究目的を概ね達成した。今後二つのプログラムを医学部以外の学生や複数大学の大学生を対象に実施し、有効性を検証しつつ、普及を図っていく必要があると考える。

研究成果の概要(英文)：Recently, suicide prevention strategies have been started in many universities. However, there have been few studies developing standardized suicide prevention education programs for university students. Therefore, we have developed two types of suicide prevention education programs, which are called as 'Crisis intervention, Anti-stigma, and Mental health literacy Program for University Student(CAMPUS)' and 'Mental Health Literacy program for Crisis Intervention (MHLCI)'. CAMPUS was conducted in 140 medical students and it was shown that their suicide literacy increased and their suicide ideation decreased after the program. MHLCI was conducted as web survey. After MHLCI, suicide literacy increased and depressive moods decreased in anonymous college students of registered web subjects. Results suggested that Both CAMPUS and MHLCI may be useful and effective for suicide prevention strategy in college and university students.

研究分野：臨床精神医学

キーワード：自殺予防 大学生 メンタルヘルスリテラシー eラーニング

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

大学生の自殺は、大学キャンパス全体に大きな影響を与えるため、各大学で自殺予防の取り組みが始まっている。

一方、大学生が悩みを相談する相手は同じ学生がほとんどであるため、大学生の当事者、ないし友人が自殺のメカニズムや対応について理解し、行動する教育を行うことが、大学生の自殺予防において極めて重要と思われる。

しかしこれまでにわが国では、大学単位で学生向けの自殺予防教育の報告も散見されるが、標準化された教育手法が共有されているとは言い難い状況であった。

2. 研究の目的

そこで本研究では、大学生が自殺の実態と具体的対策を学習し、自殺に関する意識を変革し、大学生の自殺予防に資することを目的として、諸外国のテキストを参照した自殺予防のメンタルヘルス・リテラシー教材を制作する。これを、メンタルヘルス関連講義やeラーニングで活用し、教育効果を評価することにより、実証的な自殺予防のメンタルヘルス・リテラシー教育手法を開発する。

3. 研究の方法

H27年度 <教育コンテンツの開発>

・内外の文献渉猟と翻訳

教材の内容標準化のため、カロリンスカ大学の SEYLE、テキサス大学の自殺予防プログラム、オーストラリアのメンタルヘルス・リテラシー教材 Beyond Blue など国内外の青年向け自殺予防教育コンテンツを渉猟し、翻訳する。

・教育コンテンツ作成

これらを参考に教育教材を作成する。内容は大まかに自殺の実態、自殺予防の方法、当事者の対応、周りの援助者の対応を具体的かつ双方向的に学習できる構成を目指す。製作した内容については、海外の自殺研究の複数の専門研究者の助言を得てブラッシュアップする。作成したコンテンツは紙媒体のほか、Eラーニング用に、スライド、動画化する。

H28年度 <教育効果の確認>

・関連講義の実施：製作したコンテンツに準拠した、自殺予防に関する講義を、保健管理センター、ならびに精神科関連講義の場を用いて複数回実施する。講義方法は、ベースライン評価ののち4週間、ロールプレイを含めた講義を計3回毎週行う。Eラーニング教材は、本学のEラーニングサイトに実装する。

・教育効果の測定：講義・学習前後、3ヶ月後、1年後で質問紙を実施し、プログラムの効果を測定する。効果評価のために使用する尺度は、1) 本人の属性、健康状態、生活状況、ソーシャルサポートに関する尺度：WHO-5、Beck うつ病尺度、BISSEN (簡易ソーシャル・サポート・ネットワーク尺度)、2) 自殺関連等の尺度：Paykel 自殺尺度、自傷行為尺度、Young インターネット依存尺度、3) 自殺に関する態度の尺度：ATTS (自殺予防に関する態度尺度)、GKSES (自殺ゲートキーパー自己効力感尺度) などを用いる。

これらの尺度得点が観察期間で変化するかどうか確認することにより、教育手法の効果測定とする。またこの他に、授業に関する自由記述レポートを提出してもらい、このレポートの質的検討も行う。

H29年度 <研究のまとめ>

・28年度に実施した対象者に郵送でベースライン評価と同じアンケート調査を実施する。

・28年度と同じ内容の講義を、対象学生を増やして実施する。

・これらの結果をまとめ、関連学会で報告し、成果を論文でまとめる。

4. 研究成果

まず、大学生への自殺予防教育の国内外の系統的レビューと、具体的な自殺予防教育プログラム作成の準備を行った。検索エンジンを用いて国内外の系統的レビューを実施した結果、大学生を対象に研究デザインがある介入を行い、アウトカムが記載されていた論文は国内で597編中7編、国外で3,601編中6編にとどまり、大学生の自殺予防教育に関するエビデンスは極めて弱いことが見出された。

次に自殺予防教育プログラムの作成を目的に、すでにEUで大規模RCT (SEYLE) の結果有効性のエビデンスが出ているスウェーデンの自殺予防教育プログラム (YAM programme) について、スウェーデンのカロリンスカ研究所に本学大学院生を派遣して研修を受講し、日本人で初めての研修実施資格を得た。さらに同研究を主導した研究者1名を招聘し、同プログラムの日本での適用可能性について議論を重ねた。しかし、同プログラムが高校生対象であること、欧米と我が国で文化的な価値観の相違があること、高額な利用料、権利料が発生することより、そのまま翻訳してこれを我が国の大学生に用いるのは困難という結論に至った。

そこで、同プログラムを中心に内外の教育プログラムを参照しながら、独自に大学生向けのプログラムを作成し、実施することとした。具体的には、アメリカのQPR (Question, Pursuit,

Refer)プログラムとYAMプログラムの二つの自殺予防教育・研修プログラムの他、国内外の大学生の自殺予防対策の研究成果を参照し、講義とグループワーク、ロールプレイからなる大学生向け自殺予防教育プログラム(Crisis intervention, Anti-stigma, and Mental health literacy Program for University Student: CAMPUS) ならびにE-learning用の「こころの危機対応メンタルヘルス・リテラシー・プログラム(Mental Health Literacy program for Crisis Intervention: MHLCI)」の2種類の教育プログラムを独自開発した。

このうちCAMPUSについては、H29年度に本学医学2年生140名を対象に実施し、教育効果を講義前、講義直後、3か月後、6か月後の4回にわたり各種心理尺度を用いて測定した。その結果、自殺予防の理解度は直後に向上し、自殺念慮も3か月後、6か月後に低下するエビデンスを得た。さらに、H30年度には、講義、ゲートキーパー教育、ロールプレイの3つのパートからなるプログラム内容に改変し、本学医学2年生を夏休み前群と夏休み後群の2群にわけて実施した。結果両群とも教育効果は同様に得られ、自殺念慮も低下した。CAMPUSは一定の信頼性、妥当性をもつ有用な教育プログラムであることが確認できた。

eラーニング形式のMHLCIの有効性については、インターネット調査会社に委託して142名のモニター大学生に調査を行った。教材を受講してもらい、前後で教育効果、精神状態の変化を測定した。自殺のリテラシーについては、Literacy of Suicide Scale(LOSS)の日本版を原著者の許可を得て独自に作成し、測定に用いた。結果、プログラム受講後にモニター学生の教育効果測定項目はいずれも有意に上昇し、抑うつ気分は低下した。本教材は自殺予防のメンタルヘルス・リテラシーの改善に有用なことが示された。これらの結果は関連学会で発表し、一部論文化することができた。

大学生むけに自殺予防に特化した教育プログラムを作成し、その効果を自殺念慮の低減も含めて検討した研究は類例がほとんどなく、大きな成果を得たものとする。本研究では海外の自殺予防プログラムの翻訳導入には至らなかったが、講義形式、eラーニング形式の自殺予防教育教材を開発し、大学生に実施して教育効果、自殺予防効果を確認でき、研究目的を概ね達成した。今後二つのプログラムを医学部以外の学生や他大学でも実施し、有効性を検証しつつ、普及を図っていく予定である。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計3件)

高橋あすみ、太刀川弘和、石井映美ほか：eラーニングによる自殺予防のためのメンタルヘルス・リテラシー教材の開発．CAMPUS HEALTH、査読有、56巻、2019(印刷中)。

高橋あすみ、太刀川弘和、菅原大地ほか：大学生向け自殺予防教育プログラム CAMPUS の実施 医学部生に対する2つの演習の比較検討 ．CAMPUS HEALTH、査読無、55巻、2018、175-175 ．

太刀川弘和、川島義高、小田原俊成、他：大学生を対象とした日本の自殺予防研究に関する系統的レビュー ．CAMPUS HEALTH、査読有、54巻、2017、186-191。

〔学会発表〕(計7件)

太刀川弘和、安宅勝弘、石井映美他：大学生の自殺予防プログラムの開発に関する予備的検討 ．第40回全国大学メンタルヘルス学会総会、岡山、2018。

高橋あすみ、太刀川弘和、石井映美他：大学生を対象にした自殺予防のためのメンタルヘルス・リテラシー教育：eラーニング教材の開発 ．第55回全国保健管理研究集会、東京、2018。

高橋あすみ、太刀川弘和、Adam Lebowitz 他：項目反応理論による日本版 Literacy of Suicide Scale の作成 ．第42回日本自殺予防学会総会、檀原、2018。

高橋あすみ、太刀川弘和、菅原大地、ほか：大学生向け自殺予防教育プログラム CAMPUS の実施 医学部生に対する2つの演習の比較検討 ．第54回全国保健管理研究集会、沖縄、2017。

高橋あすみ、太刀川弘和、菅原大地ほか：大学生向け自殺予防教育プログラム作成の試み セルフ・スティグマの低下に焦点を当てて ．第41回日本自殺予防学会総会、つくば、2017。

太刀川弘和、川島義高、小田原俊成、他：大学生を対象とした国内外の自殺予防研究に関する系統的レビュー ．第54回全国保健管理研究集会、大阪、2016。

太刀川弘和、川島義高、河西千秋ほか：大学生の自殺予防対策のエビデンス：本邦の大学自殺予防対策への提言 ．第39回日本自殺予防学会総会、青森、2015。

〔図書〕(計1件)

太刀川弘和：つながりからみた自殺予防 ．人文書院、2019、262頁。

〔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：
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：
国内外の別：

〔その他〕

ホームページ等

なし

6 . 研究組織

(1)研究分担者

研究分担者氏名：

ローマ字氏名：

所属研究機関名：

部局名：

職名：

研究者番号（8桁）：

(2)研究協力者

研究協力者氏名：高橋あすみ

ローマ字氏名：Asumi Takahashi

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。