

さ　　とう　　しゅう　　や  
佐　藤　修　哉

学位の種類　　博士（教育学）

学記番号　　教博　第　187　号

学位授与年月日　　平成29年3月24日

学位授与の要件　　学位規則第4条1項該当

研究科・専攻　　東北大学大学院教育学研究科（博士課程後期3年の課程）  
総合教育科学専攻

学位論文題目　　メンタルヘルス・リテラシー向上のための心理学的研究  
－青年期を対象として－

論文審査委員　　（主査）  
准教授　安　保　英　勇　　教授　上　埜　高　志  
准教授　若　島　孔　文

## 〈論文内容の要旨〉

本研究の目的は、青年期の心の健康を維持・増進するための介入プログラムを開発し、その効果を検証することである。その際に、メンタルヘルス・リテラシー(Mental Health Literacy)に着目し、これの実態も明らかにする。メンタルヘルス・リテラシーの向上は、1次予防や2次予防の促進に寄与すると考えられる。

第1章では、メンタルヘルス・リテラシーに関して、予防的観点から本邦のメンタルヘルスに関する研究を概観した。その結果、海外ではメンタルヘルス・リテラシーという用語が紹介されて以後、盛んにこれについての研究が行われているが、本邦では知見の蓄積が遅れていることが明らかとなった。メンタルヘルス・リテラシーの向上は、スティグマの低減に寄与するなどポジティブな効果をもたらすことが明らかとなっているため、わが国においても今後積極的に取り入れていく価値があると考えられる。また、2次予防的な観点から、早期発見・早期介入につなげるために、専門家を含む他者への援助要請に着目することとした。

第2章では、本研究の目的と構成を示した。本研究の目的は、①専門家への援助要請に関

する実態を、関連する要因を含めて明らかにすることと、②①の結果を踏まえて、メンタルヘルス・リテラシーの向上を目指した介入を実施し、効果を検討することである。はじめに海外で広く使用されている尺度の日本語版が作成された。次に、それを利用し、実態を調査するための横断研究が実施された。次に、メンタルヘルス・リテラシー向上のための介入プログラムが作成され、実際に介入を行い、3つの研究を通じて効果検証が行われた。

第3章(研究Ⅰ)では、高校生を対象として、海外で広く使用されている心理専門職への援助要請に関する態度尺度短縮版の日本語版を作成し、信頼性および妥当性を検討した。予備調査を行い、得られた結果を基に、項目を慎重に訳したうえで本調査を実施した。その結果、信頼性および妥当性が確認された尺度が作成された。

第4章(研究Ⅱ)では、高校生のメンタルヘルス・リテラシーの実態を調査するとともに、心理専門職への援助要請に関する態度に関連する要因を検討した。その結果、海外の先行研究と同様に、高校生のメンタルヘルス・リテラシーは十分とは言えないことが明らかとなった。病名に関する知識は十分とは言えず、うつ状態に陥った際に専門家へ援助要請すると回答した者の割合も十分とは言えなかった。また、心理専門職への援助要請には、セルフスティグマ(self stigma)が影響を与えており、セルフスティグマにはパブリックスティグマ(public stigma)や抑うつ、家族機能が影響を与えていることも明らかとなった。

第5章(研究Ⅲ)ではメンタルヘルス・リテラシー向上のための介入プログラムを作成した。本章では、パイロットスタディとして介入群と統制群を設け、介入を実施し、効果を検討した。多変量分散分析の結果、交互作用は確認されず、明確な効果を確認できなかったため、プログラムをより効果的なものへと改善する必要があることが明らかとなった。

第6章(研究Ⅳ)では、研究Ⅲの結果を踏まえ、より効果的なプログラムを目指して、介入内容と介入方略について、教授学習等の観点から調査協力校の教員との協議を通じて改善した。その上で、研究Ⅲと同様に、介入群と統制群を設け、介入を実施した。多変量分散分析の結果、交互作用が確認され、単純主効果の検定においても有意差が確認され、メンタルヘルス・リテラシーが改善していた。スティグマや病名に関する知識等のメンタルヘルス・リテラシーの中でも、特に重要とされる変数において改善がみられた。

第7章(研究Ⅴ)では、研究Ⅳの結果を踏まえ、介入の効果に関してどのような特徴を持つ者に対してどのような効果が表れるのかをより詳細に明らかにすることを目指した。介入の効果が確認された研究Ⅳにおける介入群をうつ傾向やパーソナリティ、家族機能に関してカットオフ値や平均値を基に分類した。分類された群について、分散分析を行い、効果を検証した。その結果、交互作用が確認され、抑うつ高群や私的自意識低群、家族機能低群に対して、より効果的であったことが明らかとなった。

第8章では、以上の5つの研究を踏まえて総合的な考察を行った。まず、横断調査により、高校生のメンタルヘルス・リテラシーは不十分であり、介入の必要性が示された。次に、その結果を参考に介入を実施したが、当初明確な効果を確認できなかった。そこで、調査協力校の現職教員と協働し、プログラムを改善したところ、より明確な効果が確認でき、有用性が確認された。スティグマの低減や病名に関する知識の向上など、メンタルヘルスの研究で重視されている変数において効果がみられたことは大きな成果と考えられる。本研究で作

成されたプログラムを踏まえて、メンタルヘルス・リテラシーの向上や、援助要請の促進に貢献するためのプログラムが備えておくべき要件について、示すことができたことも本研究の成果である。今後は、先行研究がさほど蓄積されていない現状を踏まえ、よりエビデンスの水準の高い研究を蓄積していくことや、共通の効果指標を用いて調査を実施していくことが課題と考えられる。

## 〈 論文審査の結果の要旨 〉

精神障害における予防の重要性が唱えられて久しいが、それに寄与するものとして近年では、Jorm (2000) が提唱としたメンタルヘルスリテラシー（以下、MHL と表記）に関心が集まっている。MHL は「精神障害に対する気づき、対処、あるいは予防に関する知識及び考え方」と定義され、精神障害に対する知識・理解・態度の総称である。先行研究によれば適切な MHL を持つことは早期発見・対処、専門家への援助要請につながり、メンタルヘルスの改善に資することが期待されている。本研究は、精神障害の好発期とされる青年期（高校生）を対象に MHL の実態を探り、MHL と相談意欲の向上を目的とした介入を行い、その効果を検討したものである。本論文の意義として以下の 2 点が挙げられる。

第 1 の点は、日本の高校生の MHL の実態を明らかにした点にある。例えば本論文では、模擬症例に対して正しい病名を回答できた者の割合は 40%弱と高いものではなく、啓発や教育の必要性が示唆された。これは先行研究と同様の結果ではあるものの、日本の高校生における報告としては初めてのものとなり、日本の高等学校における MHL 教育の重要性を指摘できる貴重な資料となった。

第 2 には、高等学校における MHL 教育のモデルとなりうる授業内容を提示しえた点にある。高等学校における MHL 教育自体は既にいくつかの報告例が散見され、実際に行われている状況にある。しかしそれらの殆どは、実施報告に留まっており、実証的な裏付けに乏しい。本論文では、統制群を設け介入の効果を検討し、また実施の 3 か月後にも追跡調査を行い長期的な効果を確認し、MHL の向上を認めている。また行われた授業は試行的な授業の実施を踏まえ、協力校教員との協議を重ね入念に作成されたものであり、実証的かつ実践的な MHL 教育の授業案を示し得た。

このほか、心理専門職への援助要請に関する態度尺度短縮版の日本語版作成、援助要請をする際に親や教員など非専門家も要請先として取り上げた点、介入群に対して詳細な検討を行い効果の見られやすい心理特性を抽出した点など先行研究には見られなかった研究の切り口も評価に値する。

課題としては、取り上げた要因が多く原因と結果の対応関係が不明確な点、従属変数が精神障害の「予防」そのものではなく MHL や相談意欲などにとどまっている点などが指摘できよう。しかしながら、実際の高校生を対象に研究を重ね、リアリティのある心理教育への提言をなしたことは、貴重な研究として高く評価できる。

よって、本論文は博士（教育学）の学位論文として合格と認める。