

## 論文審査の結果の要旨

報告番号	甲 保 第 20 号	氏 名	安 藝 敦 子
審査委員	主 査 森 健治 副 査 葉久 真理 副 査 岩佐 幸恵		

題 目 Changes of levels of depression and quality of life after short-term cognitive behavioral educational program for adolescent students in health class.

(保健授業における思春期学生のための短期認知行動教育プログラム後の抑うつと QOL の変化)

著 者 Atsuko Aki, Masahito Tomotake

2015年8月発行 The Journal of Medical Investigation, Vol.62, No.3,4, 204~208  
ページに発表済

要 旨 思春期学生のメンタルヘルスの向上のために、本邦の学校現場で施行可能なストレスマネジメントのための短期認知行動教育プログラムを開発し、学校現場で実施した。本研究は、そのプログラムによる思春期学生の抑うつと quality of life (QOL) の変化について評価することを目的として行われた。

対象者は12~14歳の中学生178人であった。短期認知行動教育プログラムは、週1回50分で3週にわたって合計3回実施された。プログラムの内容は、1回目は認知・感情・行動・身体反応の結びつきの視点からストレス反応について理解するための心理教育、2回目は不適応的な認知を検討し修正を試みる認知再構成法の学習、3回目は日常生活におけるストレスと関連した問題を同定しその解決を図る問題解決法の学習、で構成されていた。プログラムによる学生の心理変化の評価は、自己記入式質問紙である Depression Self-Rating Scale for Children (DSRS-C) と Revised Children Quality of Life Questionnaire (Kiddo-KINDLR) を用いて、プログラム前、プログラム後、プログラム6か月後にそれぞれ行われた。同意取得については、まず学校長と保護者に対して書面で研究内容を説明し同意を得た上で、学生には書面で研究内容について説明した後、本研究への参加に同意する場合は、質問紙に回答して提出してもらうように依頼し、回答と提出をもって同意が得られたものとした。最終的に178人の学生の中の176人が3回の質問紙評価に回答した。本研究は、徳島大学病院臨床研究倫理審査委員会の承認(番号1663)を得た上で行われた。

DSRS-C と Kiddo-KINDLR のスコアは対象者全体では有意な変化は認められなかったが、うつの高リスク群 (DSRS-C のスコアがカットオフポイントの16以上) では、DSRS-C のスコアはプログラム後に有意に改善しており、その効果は6か月後にも維持されていた。また、うつの高リスク群では、Kiddo-KINDLR の総スコアと下位尺度である情動領域において、プログラム6か月後に有意な改善が認められた。

以上の結果は、認知再構成法と問題解決法を取り入れたユニバーサルタイプの短期認知行動教育プログラムが、うつの高リスク群の学生の抑うつとQOLの改善に有効であることを示唆しており、今後の学校保健におけるストレスマネジメントの取り組みに与える影響は大きく、有意義な内容である。その社会的意義は大きく、博士の学位授与に値すると判定した。