

<p>研究代表者</p>	<p>所属学系・職名 心理学系・教授 氏名 内田 千代子</p>
<p>研究課題</p>	<p>原発事故後の福島県の大学生の精神保健の実態調査および心理教育の効果 Study on Mental Health Survey of University Students in Fukushima after the Nuclear Disaster, and Efficacy of Psychological Education.</p>
<p>成果の概要</p>	<p>この研究の目的は、東日本大震災および原発事故後の福島県の大学生の精神保健の実態を知ること、および有効なサポートを試みることである。東日本大震災および福島第一原発事故から5年が経過したが、福島県内外に避難生活を余儀なくされている人は10万人以上と言われる。中高年から子どもまで、様々な心の問題が懸念されている。震災当時主に高校生であった現在の大学生も、関連したストレス状況と無縁ではない。</p> <p>質問紙調査から、東日本大震災および原発事故後の福島県の大学生の精神保健の現状を把握する。それを参考にして心理教育プログラム（PTSD等精神保健知識とストレスマネジメントの教育）を施行して、その有効性を評価する。特に自殺予防教育に焦点をあてた。</p> <p>東日本大震災に関する質問紙継続調査を行った。震災発生時にいた場所、震災による被害の状況、震災後のライフライン損害等について、および、地震や津波や原子力災害による放射能への不安などについてのストレス状況を、震災当時と現在について尋ねた。ストレス状況は、被害にあった学生および被災県にいた学生の方が強かった。震災後5年以上経過した現在の不安感はかなり減弱しているが、あるきっかけにより不安の高まりを示す例も認められた。つまり震災関連によるストレスは無視できない現状である。</p> <p>若者の自殺予防についての現状、精神疾患との関係についての講義、および友人の自殺の危険の際の対処方法についての講義を行い、その前後の質問紙調査によって学生への教育効果をみる試みをした。日本の自殺の現状、特に若者の自殺の現状についての知識が不足する学生が多かった。事実を知って驚き、深刻な状況を変えることに興味を示す学生が多く認められた。</p> <p>「自殺の危険のある友達にカウンセリングや精神科受診を勧める」「友達の自殺の危険に自分は気がつくと思う」「自殺の危険のある友達を助けようとした時に、そのことを他の人に話すことができる」については、「そう思う」方向に大きく動いてはいないがやや点数が上がっている。「そうすれば友人の自殺の可能性が減少すると思う」ことについては、「そう思う」方向に大きく変化している。つまり、「受診を勧める」「友人の自殺の危険に気づく」「他の人に相談する」ということができるかどうか自信はないが、その重要性をより認識するようになったと考えられる。</p>

成果の概要	<p>自殺予防教育についての自分自身の経験や考えについての質問紙調査を行った。自殺予防教育の経験のある学生は80パーセント以上で、自殺予防教育の必要性があると思う学生が90パーセント以上であった。また自殺予防の教育をいつごろ行うのが適切かという問いに関しては、小学校高学年、中学生頃に始めるのがよいという意見が多く、小学校から大学までそれぞれの段階で、発達に合わせた教育の必要性を考える学生も少なくなかった。</p> <p>今後さらに調査および予防教育を継続し、教育効果を検討して有効なサポートを行う。</p>
-------	---