研究代表者	所属学系・職名　人間発達文化学類・教授 氏　　名　内田千代子
研究課題	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.
成果の概要	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 7 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。 質問紙調査から、東日本大震災および原発事故後の福島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。 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 6 年以上経過した状態で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。 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継続した。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かったことなど前回と同様であった。 「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」がやや点数が上がり、「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ことも前回と同様であった。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

成 果 の 概 要	とができるかどうか自信はないが、講義後にその重要性をより認識するようになったと考えられる。 ところで、自傷行為は自殺の危険因子であり、自傷行為を打ち明けた相手としては友人が最も多いことから、若者が友人の自傷行為を知ったときに如何に支援につなげるかは自殺予防の重要な課題である。友人の自傷行為についての態度についての調査を大学生を対象に行った。約半数が周囲に自傷行為経験者がいたと回答し、直接本人から聞かされたという回答が多かった。それに対する態度としては、話を聞いてあげた、戸惑った、が多く、過半数はそれを誰にも相談したことがないと回答した。また、相談した相手としては友人が多かった。専門家に相談したことがあるものは一人もいなかった。このような結果から、若者が友人の自傷行為を知った後に、専門家への適切な支援に至ることが困難である現状が窺われた。自殺予防知識の普及は必須の課題である。 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に導きたいと祈願する。