九州大学学術情報リポジトリ
Kyushu University Institutional Repository

中学生・高校生における抑うつの臨床心理学的理解と援助

山口，祐子

https://hdl.handle.net/2324/1441014

出版情報：九州大学，2013，博士（心理学），課程博士
バージョン：
権利関係：やむを得ない事由により本文ファイル非公開（2）

（様式８）

氏　　名　：山口　祐子

論文題名　：中学生・高校生における抑うつの臨床心理学的理解と援助

区　　分　：　甲

博　士　論　文　の　要　約

第１章　中学生・高校生の抑うつの現状と課題

中学生・高校生はアイデンティティの確立，親からの心理的離乳，新しい人間関係の構築といった課題に立ち向かう時期であり，抑うつを示すことが多いこと、発達課題と抑うつの研究は多くなされているが，中学生・高校生の抑うつを理解するための課題として，抑うつが成長発達を促す肯定的な要因として捉えた研究は少ないことを挙げた。そのため，①高校生においては抑うつの存在の割合などを全体的に把握した上で，②抑うつの発達面を考慮した検討を行い，近年の高校生の抑うつの特徴を把握すること，③中学生においては援助につながる分類を行い，中学生の抑うつへの教師の認識を明らかにすることが必要であると考えられた。また，中学生・高校生の抑うつへの援助の課題として，①抑うつを示す中学生・高校生の日常生活の様子を把握すること，②うつ病の中学生・高校生の事例における回復プロセスを検討することが必要と考えられた。**【本研究の目的】**⑴中学生・高校生の抑うつの特徴を明らかにすること，⑵中学生・高校生の抑うつへの援助のあり方を検討することを目的とする。

第２章　高校生の抑うつの特徴と３年間の縦断的研究

【目的】高校生の抑うつの特徴を明らかにし，縦断的に検討する。**【方法】**ある地域の全高校 5 校の全学年の高校生を対象に 1999 年～2001 年の３年間の縦断的調査を行った。有効回答数は、1999 年が 3312 名、2000 年が 3533 名、2001 年が 3459 名であった。**【結果】**①高校生の 30%に抑うつを示す生徒が存在した、②小中学生と比べ，身体症状が乏しい，③DSRS-C 得点が 16 点～18 点の生徒は抑うつが変動しやすく，19 点以上の生徒は抑うつを継続しやすい，④高校生の抑うつ感は持続しにくい，⑤一方で，高い抑うつ感が持続する生徒は孤独感や自殺念慮が継続しやすいことが明らかとなった。**【考察】**①③④については，この時期の発達課題に向かい合う際，抑うつが表現されやすいことを示していること，②については，高校生の時期が内面を言語化することが可能となる時期であることによること，⑤については支援を要する生徒は孤独感や自殺念慮を示しやすいと考えられた。

第３章　高校生の抑うつの変化−2000 年と 2010 年を比較して−

【目的】2000 年と 2010 年における高校生の抑うつを比較し，その変化を検討する。**【方法】**第２章にて 2000 年に調査した高校 5 校で 2010 年に再度調査を行った。2010 年の有効回答数は、3088 名であった。**【結果】**①抑うつの総得点の変化はみられなかった，②抑うつを示す生徒において，『楽しみの減退』の減少と『抑うつ・悲哀感』の増加がみられた，③近年，身体症状を示す生徒が増加していること，④高校２年生において「生きていても仕方がない」が増加していること，⑤高校２

年生における「生きていても仕方がない」は家族との関わりや達成感と関連があることが明らかとなった。**【考察】**①について抑うつを示す子どもが増えているという指摘に慎重になる必要があること，②について青年の対人関係の取り方の特徴との関連があること，③について高校生の未熟化との関連があること，④について近年の高校２年生は先が見えにくい状態にいると考えられること，⑤について家族関係によるサポートや達成感を得ることが抑うつ感をコントロールする力を身につけることにつながると考えられた。

第４章　中学生の抑うつの類型化と教師による生徒の抑うつへの認識に関する調査

【目的】抑うつを示す生徒（DSRS-C 得点が Cut-off point=16 点以上の生徒）の類型化とその類型と抑うつとの関連、および教師の認識を検討する。**【方法】**中学校２校において DSRS-C，不登校，身体症状，社会的スキルの調査を行った。**【結果】**①「高スキル・適応群」,「低スキル・非表現群」,「不適応顕在型・低スキル群」,「不適応反応群」の４群が得られ，②類型と抑うつとの関連では「不適応顕在型・低スキル群」,「不適応反応群」は「高スキル・適応群」,「低スキル・非表現群」に比べ，抑うつが高かった。③各類型についての教師の認識として「高スキル・適応群」,「低スキル・非表現群」では様々な問題を抱えつつも日常では適応している生徒が,「不適応顕在型・低スキル群」では 社会的スキルの低い生徒に自分の状態を伝えることが困難な生徒と引っ込み思案な生徒が,「不適応反応群」では抑うつを示すことで自分のペースを把握する生徒が存在した。**【考察】**「高スキル・適応群」,「低スキル・非表現群」では生徒の抑うつが対人関係の再構築に伴うこと,「不適応顕在型・低スキル群」では不適応状態が教師の認識を高め，周囲がサポートしやすい状況であること,「不適応反応群」では教師との関係を再構築するといった認識を持ちやすいと考えられた。

第５章　スクールカウンセリング活動における中学生の抑うつへの援助的面接
―抑うつ尺度（DSRS-C）を用いた担任へのコンサルテーションを通して―

【目的】中学生の抑うつの類型ごとの生徒の日常生活の把握とともに，スクールカウンセラーによるコンサルテーションの方向性を検討する。**【フィードバック面接の概要】**第４章での調査をもとに教師に対する援助としてフィードバック面接を実施。**【フィードバック面接の実践例】**①「高スキル・適応群」には対人関係が良好である生徒，②「低スキル・非表現群」には周囲からどう思われているか気になる生徒，③「不適応顕在型・低スキル群」には対人関係が苦手な生徒と気遣う生徒，④「不適応反応群」には対人関係がフィードバック面接前には不良であったが以前と比べて改善傾向にある生徒が存在した。これらの生徒に対し教師は日記など生徒が表現しやすいものを用いた関わりや学校全体での取り組みに加え，家庭との連携の充実などの取り組みを行っていた。**【考察】**コンサルテーションの方向性としては，①「高スキル・適応群」では発達課題に向かい合い日常生活は支障なく送ることができ，過去の対人関係を修正するにあたり抑うつを示すこと，②「低スキル・非表現群」では対人関係の距離をはかるための親との間で行われる依存と自立の往来に伴い抑うつを示すこと，③「不適応顕在型・低スキル群」では教師が生徒に真剣に向き合うことが生徒と教師双方の成長を促す作用があること，④「不適応反応群」では生徒が自分のペースを把握することがアイデンティティの確立につながることや，教師が学校全体での取り組みを行うことが重要であることをフィードバックする必要があると考えられた。

第６章　過剰適応的なうつ病高校生における適応プロセスの理解と援助

【目的】過剰適応的なうつ病高校生の自己と他者との関係における適応プロセスおよびプロセスを支えた臨床的留意点を明らかにする。**【事例の概要】**高校２年生女子。**【事例の経過】**　面接開始

当初，語る内容と表情にギャップがみられ（＃２～４），重要な他者への一貫性のなさが感じられ，友人や家族関係で疲弊していた（＃４～５）。その後，自ら犬を買い始め（＃４），不登校の友人のお世話をはじめる中で（＃９～10)、次第に将来の進路が語られるようになり、終結に至った（＃９～13)。**【考察】**自己の同一性の確立と他者との関係での達成感の獲得が自己と他者との関係における適応につながることを示し，そのプロセスとして＜準備段階＞＜試行段階＞＜実践段階＞を提示した。＜準備段階＞では自己連続性の確立のため，セラピストは一貫した態度を示すことを心がけた。＜試行段階＞では家族関係の捉え直しと『犬の世話』を巡る達成感の獲得のため，セラピストは犬の成長とクライエントの成長を重ね，犬の世話を通じて得られた達成感について確認した。＜実践段階＞では対人場面での心理社会的同一性の確立と学校生活の中での対人関係における自分と相手の気持ちに焦点を当て面接を進め，次第に対人関係での達成感を得，孤独感が軽減し，抑うつ感も消失した。この３段階を経ることで，対人関係で無理をせずに周囲の人に合わせる関わりが可能になると考えられた。

第７章　中学生・高校生における抑うつの特徴と学校適応への援助のあり方

一過性の抑うつを示しやすい生徒（DSRS-C=16～18 点）の特徴として①これらの生徒の示す抑うつは新しい対人関係の構築に伴うものであること，②日常生活における達成感の獲得が抑うつの軽減につながることを挙げた。また，高い抑うつが継続しやすい生徒（DSRS-C＝19 点以上）の特徴として①これらの生徒の示す抑うつは依存と自立に伴うものであること，②与えられた役割での達成感の獲得と孤独の軽減が抑うつの軽減に有効であることが考えられた。臨床心理士による臨床的援助として一過性の抑うつを示しやすい生徒に対して，臨床心理士の役割として生徒の特徴に応じたコンサルテーションが効果的あり，高い抑うつが継続しやすい生徒に対して，自己連続性の確立や家族関係の捉え直しや発達課題に応じた抑うつの意味や対応を考えることが効果的であると考えられた。（図 1）

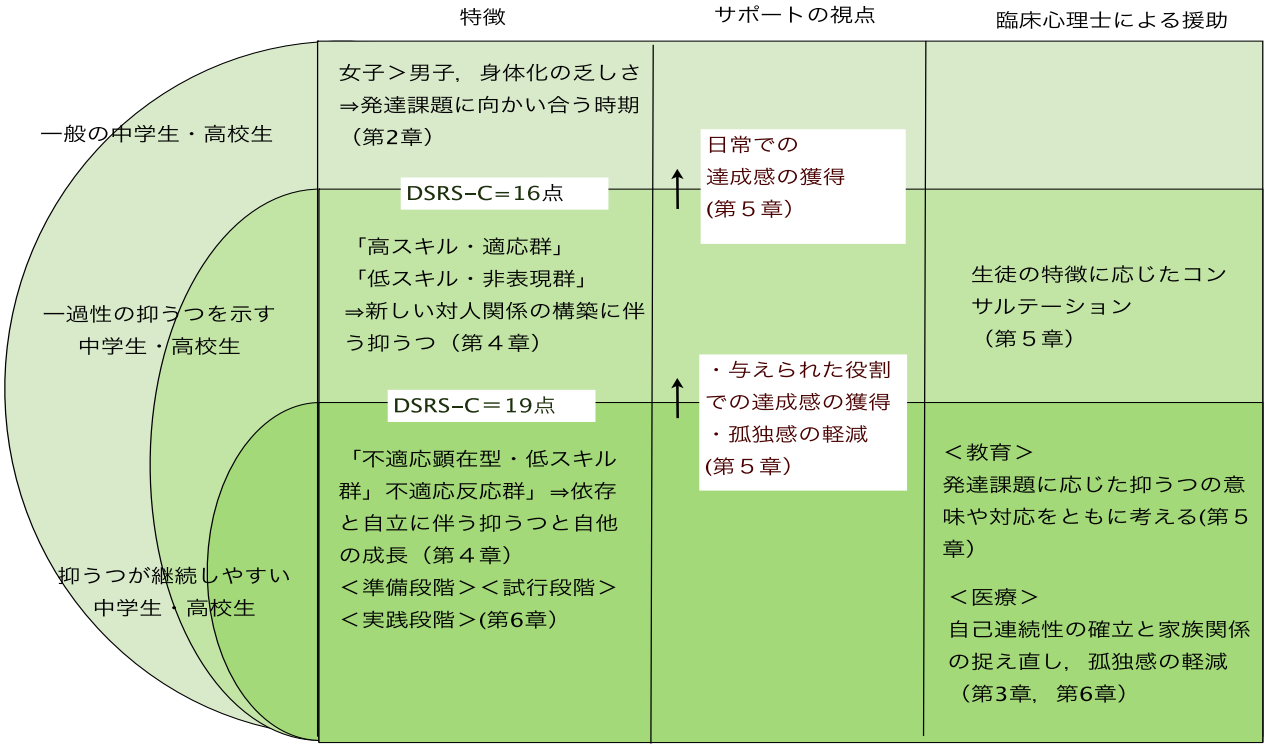

図１　中学生・高校生における抑うつの特徴と学校適応への援助のあり方

第８章　総括と今後の課題

抑うつを示す中学生・高校生の特徴として①高校生の約 30%に抑うつを示す生徒が存在するが，3 年間抑うつが継続する生徒は 10%であり，DSRS-C 得点が 16～18 点は発達課題に伴う一過性の抑うつを，19 点以上は高い抑うつを継続しやすい傾向があること，②高校生は小中学生と比べ，身体症状が乏しく，言語化が可能である一方で，近年は身体化する高校生が増加しており，高校生の未熟化が考えられること，③高い抑うつを継続しやすい生徒は孤独感と自殺念慮を保持しやすいこと，④抑うつを示す生徒は「高スキル・適応群」「低スキル・非表現群」「不適応顕在型・低スキル群」「不適応反応群」の４群に分けられ，「不適応顕在型・低スキル群」は「不適応反応群」高スキル・適応群」「低スキル・非表現群」と比べ抑うつが高いことが示された。抑うつを示す中学生・高校生への援助のあり方として①一過性の抑うつを示しやすい生徒に対して，臨床心理士の役割として生徒の特徴に応じたコンサルテーションが，②高い抑うつが継続しやすい生徒に対して，自己連続性の確立や家族関係の捉え直しや発達課題に応じた抑うつの意味や対応を考えることが効果的であると考えられた。**【今後の課題】**①生徒を取り巻く学校の状況との関連を明らかにすること（第２章），②自殺念慮の検討を行うこと（第 3 章），③スクールカウンセラーによる生徒の面接を行うこと（第４章），④教師によるフィードバック面接の理解の機会を設けること（第５章），⑤スクールカウンセラーと医療の連携のあり方の検討（第６章）を挙げた。このような検討を行うことによって，一過性の抑うつと継続する抑うつを示す生徒へのスクールカウンセラーや医療における臨床心理士の関わりが，今後さらに明確になると考えられた。