

## 別紙 4

|         |   |   |   |
|---------|---|---|---|
| 報 告 番 号 | ※ | 第 | 号 |
|---------|---|---|---|

## 主 論 文 の 要 旨

論文題目  
氏 名メンタルヘルス専門家への援助要請に関する研究  
－社会的要因の役割とその規定要因に着目して－

前川 由未子

## 論 文 内 容 の 要 旨

抑うつなどの精神的不調を抱えたとき、精神科医や心理士といった心理専門家の支援が有効であるといわれている (Lambert, 2013)。一方、我が国において、何らかの精神疾患を抱える人のうち専門家に援助を求めた人は 14%であり (Naganuma et al., 2006)、専門家を利用する人は決して多くないのが現状である。したがって、自殺など精神的不調による社会問題の改善には、個人による心理専門家への援助要請を促進する必要があると考えられる。

援助要請 (help-seeking) とは、「他者に対して支援、情報、助言、サポートを求めること」 (Hofman et al., 2009) であり、心理専門家への援助要請には「問題の性質」「心理的要因」「社会的要因」「デモグラフィック要因」が関連するといわれている (Rothi & Leavevy, 2006)。そのうち心理的要因には、偏見や抵抗感など援助要請を妨げるものが含まれており、それに対して、メンタルヘルスに関する情報提供やビデオ鑑賞などの介入法が研究されてきた。その結果、一定の効果は見られたものの、実際の行動変容や持続的効果は認められていないことが明らかにされている (Gulliver et al., 2012)。そのため、援助要請促進のための一般的な指針や介入法は、未だ確立されていない状態にある。

心理的要因への介入により実際の行動変容や持続的効果が得られない理由として、社会的要因による影響の可能性が考えられる。社会的要因のうち社会規範 (Social norm) は、人の行動に直接影響を与えるとされており (Mollen et al., 2010)、健康管理行動に対して、持続的影響をもつことも示されている (Murphy et al., 2014)。また、専門家の利用を家族や友人に勧められることは、援助要請行動を促進することも指摘されている (Vogel et al., 2007)。したがって、実際の行動変容や持続的効果を得るためには心理的要因のみでは不十分であり、社会的要因からのアプローチが有効である可能性が考えられる。

そこで本研究では、社会的要因が心理専門家への援助要請に及ぼす影響を明らかにすること

を目的とする。本研究は以下の5章から構成される。

### 第1章 心理専門家への援助要請に関する研究

第1章では、これまでの研究を概観し、問題の所在と本研究の目的を明示する。まず、心理専門家に対する援助要請の現状を示し、本研究を行う社会的背景を述べる。さらに、心理専門家への援助要請に関する国内外の先行研究を概観し、援助要請の定義と類似概念を整理するとともに、関連要因を明らかにする。それにより、援助要請と社会的要因との関連を検討する必要性を示す。

第3節では先行研究のレビューを行い、援助要請と関連するデモグラフィック変数、促進要因、阻害要因を示した。その際、援助要請態度、意図、行動という援助要請の3段階に着目し、各段階と関連要因の特徴を検討した。その結果、心理的要因は援助要請態度との関連が強かったのに対し、社会的要因は援助要請態度、意図、行動の全てと関連することが示された。一方、家族・友人の規範や介入が援助要請を促進するのに対し、ソーシャルサポートは援助要請を抑制することが明らかになり、社会的要因内で一貫しない結果が示された。これを受けて、本研究の目的を述べた。

### 第2章 心理専門家への援助要請と社会規範との関連

第2章では、社会的要因のなかでも特に社会規範に着目し、心理専門家への援助要請に及ぼす影響を検討する。まず、人間の行動決定における社会規範の役割について、合理的行動理論を用いて説明する。合理的行動理論において社会規範は、個人の主観的認知であるという前提のもと「主観的規範」と呼ばれ、行為に対する態度とともに意図を予測するといわれている。

この知見を踏まえて研究1では、主観的規範とカウンセリングに対する態度が援助要請意図に及ぼす影響を検討した。その際、我が国の文化的要因の影響を考慮するため、世間体を気にする傾向（世間体意識）と主観的規範との関係を検討した。その結果、肯定的な主観的規範とカウンセリングに対する態度は援助要請意図を促進すること、また主観的規範は世間体意識による抑制効果を調整することが明らかになった。したがって社会規範は、援助要請意図を直接的、間接的に促進することが示唆された。

### 第3章 労働者における援助要請と社会規範としての職場風土

第3章および第4章では、実社会における社会的要因の影響をより具体的に検討するため、対象を労働者に限定する。第3章では、職場における社会規範として職場風土を取り上げる。まず、労働者のメンタルヘルスの現状や労働者を取り巻く社会的状況を示し、労働者に着目する背景と意義を明らかにする。さらに労働者における援助要請と職場風土の実態、および両者の関連について検討を行う。

研究2では、労働者の援助要請態度、メンタルヘルスおよび職場風土を調査し、年齢、役職、企業規模別に比較検討した。その結果、援助要請は50代で高く、20~30代で低いのに対し、抑

うつ・不安は30代および「役職なし」でもっとも高く、特に若手労働者が援助要請に葛藤を抱えやすいことが示唆された。また職場風土は、年齢、役職、企業規模により異なっていたことから、社会規範は個人がそれをどのように体験するかという主観的な側面を持つことが示唆された。

さらに研究3では、職場風土と援助要請との関係が労働者のストレス状態により調整されることを示した。すなわち、ストレスが高い場合には職場風土に対する肯定的評価が援助要請を促進する一方で、ストレスが低い場合にはそのような効果は見られなかった。したがって、社会規範が援助要請に及ぼす影響は、個人のストレス状態により異なることが明らかになった。

#### 第4章 心理専門家への援助要請プロセスと社会的要因

第4章では、ストレス状態にある労働者がどのような体験を経て援助要請を行い、そのなかで社会的要因はどのような役割を担うのかを検討する。まず、援助要請プロセスに関する研究を概観し、その上で労働者における援助要請プロセスについて検討する。

研究4では、精神科・心療内科の受診歴がある労働者にインタビューを行い、発症から援助要請に至るまでの内的体験をモデル化した。その結果、援助要請プロセスは「問題の認識」「模索期」「行動期」の3段階に分かれており、「職場のケア体制」や「上司・同僚との関係性」といった社会的要因は直接的、間接的に全ての段階に影響することが示された。また、他者による介入は「行動期」への移行のきっかけとして重要な役割を担うことが明らかになった。

#### 第5章 総括的討論

第5章では、第1章から第4章までの内容を総括し、総合的な考察を行う。それにより、本研究で明らかになった知見を整理し、心理専門家への援助要請を促進するための指針を示す。さらに、本研究の意義および限界と、今後の展望について考察する。

#### 本研究の意義・独創的な点

本研究の意義は、援助要請における社会的要因の影響を明らかにすることにより、家族や友人といった非専門家による介入の指針が示されることである。情報提供やビデオ鑑賞といったこれまでの心理教育的介入は、心理専門家やそれに通ずる知識を持つ者でないと行うことができず、施行範囲が限定されていた。しかし、個人を取り巻く周囲の他者がどのように振る舞い、関わるのが援助要請を促進するかが明らかになれば、より高い汎用性をもつ介入法を明示できると考えられる。

また、本研究の独創的な点は、研究2~4において労働者を対象とし、実際の職場における社会的要因の影響を明らかにした点である。これまでの援助要請研究は子どもや大学生を対象としたものが多く、労働者の援助要請に関する知見は非常に少ない。しかし、労働者による専門家の利用は少なく（厚生労働省, 2013）、非労働者に比べてメンタルヘルスサービスの利用率が低いことも明らかになっている（Mack et al., 2014）。本研究の知見は、労働者の援助要請促進

において新たな知見を提供し、近年急激に拡大している企業のメンタルヘルス対策の活用にも寄与するものと考えられる。