

ステレオタイプな「望ましい健康像」の再検討

～エビデンスに基づく健康の保持増進の心理学的支援～

企画者	野村和孝 (早稲田大学人間科学学術院)
司会者	野村和孝 (早稲田大学人間科学学術院)
話題提供者	佐藤友哉 (比治山大学現代文化学部)
話題提供者	野中俊介 (東京未来大学こども心理学部)
話題提供者	田中佑樹 (早稲田大学大学院人間科学研究科, 日本学術振興会特別研究員)
話題提供者	前田駿太 (東北大学大学院教育学研究科)
指定討論者	嶋田洋徳 (早稲田大学人間科学学術院)
指定討論者	大竹恵子 (関西学院大学文学部)

企画趣旨

2017年に公認心理師法が施行され、心理学に関する専門的知識と技術をもって国民の心の健康の保持増進に寄与する業務が、国家資格として明確に位置づけられることとなった。公認心理師法においては、心理に関する支援を要する者への直接的な援助にとどまらず、心の健康に関する知識の普及を図るための教育および情報の提供もその業務に含まれている。そこで、一次予防、二次予防、そして三次予防といった3つの段階すべてを対象とする健康心理学に求められる役割はこれまでよりも一層大きくなるものと考えられる。

健康の保持増進に寄与する取り組みにおいては、心理学的支援の果たす役割は大きく、「理論的には」エビデンスに基づく取り組みであることが求められる。エビデンスに基づく取り組みにあたっては、蓄積されたさまざまな心理学研究の知見に依拠することとなるが、「実践の現場では」各現場において伝統的、あるいは経験的に用いられてきた手続きがエビデンスの確認のなされることのないまま実施されている場合が少なくない。

たとえば、司法・犯罪分野においては、被害者の苦痛を理解させることは、再犯防止になるであろうと伝統的、かつ経験的に用いられてきた経緯がある。しかしながらこの方法は必ずしもエビデンスに基づくアプローチではなく、性犯罪再犯防止においては被害者の心情について検討させる手続きが、結果的に、対象者に犯罪行動時の情動を喚起させてしまい、犯罪行動を引き起こしやすい状態へと導いてしまう場合があることが指摘されている(嶋田・野村, 2018)。

このような伝統的、あるいは経験的に流布しているいわゆるステレオタイプな「望ましい健康像」を想定した支援を再検討し、エビデンスに基づく健康の保持増進の心理学的支援を行うことが今後の課題であると考えられる。

そこで本シンポジウムでは、ステレオタイプな「望ましい健康像」の再検討として、エビデンスに基づく健康増進の心理学的支援について検討することを目的とする。検討にあたり、エビデンスに基づく教育分野の心理学的支援を佐藤友哉先生に、エビデンスに基づく福祉分野の心理学的支援を野中俊介先生に、エビデンスに基づく産業・労働分野の心理学的支援を田中佑樹先生に、エビデンスに基づく保健医療分野の

心理学的支援を前田駿太先生に話題提供をしていただくこととした。また、指定討論として、嶋田洋徳先生と大竹恵子先生にご質問をいただき、ステレオタイプな「望ましい健康像」の再検討について討議することを予定している。

話題提供者 佐藤友哉

話題内容 エビデンスに基づく教育分野の心理学的支援

教育分野の心理学的支援では、子どもの心理社会的課題の解決に向けた心理学的支援が求められる。当該分野の心理学的支援では、子ども本人に対する相談のみならず、「子育て」を主訴とした「親」に対する相談業務も多く、乳幼児分野のみならず、小学校、中学校などの現場において幅広く求められる業務となる。これまで、話題提供者は、公立小中学校のスクールカウンセラーとして子育て支援にかかわってきた。

「子育て」を主訴とした相談の場合、親と子の「相互作用」のあり方を中心に扱うこととなるが、実際にケースを進める中では、「母親は子どもに対して常に愛情をもってかかわるべきである」、「親が子どもをコントロールすべきである」、「子どもの自尊心の向上を高めるために何でも褒めることが重要である」など、ある種のステレオタイプ的な価値観をもってクライアントや関係者が少なくない。このような価値観が、結果的に、子どもの不登校やその他の問題行動を維持する要因のひとつとなっている場合がある。

そこで本話題提供では、このような子育て支援において、根強く残るステレオタイプな「望ましい状態像」をもっているクライアントに対して、エビデンスに基づくアプローチである認知行動療法を用いた支援を行なった事例を提供し、子育て支援におけるステレオタイプな価値観とエビデンスに基づく支援の差異、そして当該分野における今後の心理学的支援について考察する。

利益相反開示；発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。

話題提供者 野中俊介

話題内容 エビデンスに基づく福祉分野の心理学的支援

福祉分野の心理学的支援では、福祉分野における心理社会的課題の解決に向けた支援が求められる。福祉分野における課題としては、「ひきこもり」が重要な心理社会的課題の1つであるとされている。ひきこもりに関する心理学的支援においては、家族が来談者であるケースが多い(地域精神保健活動における介入のあり方に関する研究班, 2003)ことから、家族を対象として支援せざるを得ないことが多い現状にある。従来、このような家族支援においては、「(ひきこもりになるのは)家族が甘やかしているからだ」、あるいは逆に「家族が関わり過ぎていてからだ」などといったステレオタイプによって、家族の対応こそがひきこもりを発現および維持させている要因だとされてきた。そして、この必ずしもエビデンスに基づかない仮定に従い、総じて家族の対応レパートリーを拡充させるアプローチがなされることも少なくない。

その一方で、ひきこもりの発現および維持に関して、家族の対応に責任を帰するエビデンスはほとんど存在しない。たとえば、親の子育てが愛情に欠いたスタイルであろうと、過保護なスタイル、または権威的なスタイルであろうと、ひきこもり状態の有無との有意な関連は示されていない(Umeda et al., 2012)。さらに、ひきこもり者の家族の対応レパートリーが偏った限定的なものであるということは、実際にはほとんど示されていない。

そこで、本話題提供においては、ひきこもりの発現や維持を防ぐためには家族の対応や家族内の相互作用こそが重要であるというステレオタイプな「望ましい健康像」を実証的に検討し、今後の心理学的支援を考察することを目的とする。

利益相反開示；発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。

話題提供者 田中佑樹

話題内容 エビデンスに基づく産業・労働分野の心理学的支援

産業・労働分野の心理学的支援では、職場における心理社会的課題に対する支援が求められる。とくに、2015年に義務化された「ストレスチェック制度(厚生労働省, 2015)」に代表されるように、うつ病や自殺といったさまざまな職場不適應の問題の改善と予防が社会的に強く求められている現状にある。これらの問題は、職場における「ストレス」に起因すると理解されてきたことから、労働者のストレス反応低減を目指した取り組みが従来から重視されてきた。一方で、「ヤーキーズ・ドットソンの法則」として確立されているように、過度なストレス負荷は禁物であるものの、一定のストレス負荷がかかる環境下の方がむしろ個人における最適なパフォーマンスが発揮されることが知られている。このことを踏まえると、職場不適應に対する支援のあり方を考える際には、必ずしも「ストレス反応を低減する」ことのみを主眼を置くのではなく、職務パフォーマンスの向上、すなわち、職場における適応的な行動の拡大に至るかといった側面を丁寧に検討することが求められると考えられる。

そこで本話題提供においては、ストレスサーの特徴に応じて多様なコーピングを柔軟に実行できるようになることを促し、ストレス耐性を高めることを目指す「認知行動療法に基づくストレスマネジメント」(Cheng et al., 2014)の立場から、職場不適應に対する支援における「望ましい健康像」を再検討し、今後の心理学的支援について考察する。

利益相反開示；発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。

話題提供者 前田駿太

話題内容 エビデンスに基づく保健医療分野の心理学的支援

保健医療分野の心理学的支援では、医療現場における心理社会的課題の解決に向けた支援が求められる。保健医療分野における心理学的支援の対象は多岐にわたるが、過度な不安反応を特徴とする不安症の問題は代表的な支援対象の1つである。なかでも、他者からの観察や他者との交流、他者からの否定的評価に対する不安を特徴とする社交不安症に対する心理学的支援の重要性がますます指摘されつつある。

このような社交不安に対する支援においては、「その場面ではいかうまく振る舞うか」、「いかうまくやり過ぎるか」といった、いわば「場面に対する対処」が重要であると想定されることが多く見受けられる。このような背景から、社交不安を示す者に対する社会的スキル訓練の実践や、対処方略の獲得を目指す支援が行われてきたが、心理学のエビデンスとして、社会的スキル訓練はほとんど効果を示さないという知見(Ponniah & Hollon, 2007)をはじめ、場面への対処がむしろ症状の悪化に寄与することを示唆する知見(たとえば、Battista & Kocovski, 2010)などが報告されている。このことを踏まえると、社交不安に対する支援のあり方を考える際には、「社交場面に対する対処を促す」ことのみを主眼を置くことは必ずしも適切ではないと考えられる。

そこで本話題提供においては、「社交場面に対する対処」のみならず、「社交場面が終了した後の認知的情報処理」に着目した実証的知見を紹介するとともに、社交不安に対する支援における「望ましい健康像」を再検討することを目的とする。

利益相反開示；発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。

(NOMURA Kazutaka, SATO Tomoya,
NONAKA Shunsuke, TANAKA Yuki, MAEDA Shunta,
SHIMADA Hironori, OTAKE Keiko)