

成果報告

慶應義塾大学環境情報学部4年 72046118 西岡春菜

「青年期の精神疾患当事者を対象にした自助団体運営の意義と課題点」という内容の研究を、アメリカのサンフランシスコで開催されたAPA (American Psychological Association) の学会でポスター発表した。

発表は研究における「背景」「目的」「研究方法」「研究結果」「考察」の5項目で発表を行った。

初めに研究の「背景」に関しては日本はG7の中で青年期の自殺率が一番高く、自殺者の半数以上が精神疾患を患っているという社会課題に関して指摘している。

そして「目的」では自殺防止の為に、精神疾患当事者と支援者（病院等）の二者の結びつきを強くするミドルパーソンの存在として、青年期の精神疾患当事者を対象にした「自助団体」は意義があるかどうか調査することを述べた。また青年期の精神疾患当事者対象の自助団体は現在日本に存在しない為、自身で団体を設立し運営した上で参加者に調査を行った。

「研究方法」に関しては自助団体の「参加者」と「運営者」の二方面の視点から研究を進める。

「研究結果」として初めに参加者の観点から、自助団体参加前と参加後で精神状況を各々測りt検定で比較した所有意差が現れ、参加者にとって自助団体は精神状況に良い影響をもたらす事がわかった。

そしてKJ法による調査から参加者は自助団体に参加することにより（1）感情の解放（2）心身の健康（3）仲間の役に立ちたい（4）知見が増える（5）自分を受け入れる（6）社会貢献（したいという感情が湧く）の6つの効果が現れる事が理解できた。

また運営者の観点からも、実際にインタビュー調査した所「自助団体運営に意義があると感じる」という意見が7割であった。一方でコロナウイルスや経済面から自助団体の継続が難しくなっているという意見もいただいた。

この結果から「考察」として参加者と運営者の両方の観点から自助団体運営には意義があることがわかり、青年期の自助団体運営の意義は成人向けの自助団体と比較して「**就労・就学を含む生き方のロールモデル**」を見つけることができるキャリアにおける貢献性や当人の人格形成に大きく影響があることが考えられた。

そして運営の課題点に関してはまた参加者の自助団体参加時における突如のフラッシュバックに備える必要性から自助団体運営の際は専門家との提携が必要不可欠である事、また自助団体運営側の課題としては経済面においては助成金の申請が遅れているところがあったのでその点の**知識の普及と、寄付による運営が促進される様精神疾患や自助団体活動の啓発が行われるべき**であることを述べた。

そしてCovid-19による運営の困難に対しては情報漏洩に気をつけながら**対面・オンラインのハイブリッド型**を取ることが課題解決に繋がると考察した。

今後の研究の方向性としてこれまで運営してきた自助団体が精神疾患患者の中でも鬱病・発達障害・統合失調症の当事者のみの団体である為、その他精神疾患の当事者を対象にした研究も行う

事、そして自助団体における対面とオンラインではどちらが参加者にとって効果があるか比較調査を行うことを考えていると話した。

この研究発表に対して他の学会参加者から

- ・自助団体の持続的な継続について、今後の展望や計画はあるか
- ・参加者のプライバシーを守りつつ効果的な情報共有を行う為の方法はあるか
- ・自助団体を運営する為に必要なリソースはどのように確保しているか

という三つの質問をいただいた。

自助団体の持続的な継続について、今後の展望や計画はあるかという質問に対して専門家や健常者を混ぜて運営する（精神疾患当事者だけの団体だと心身の様態が不安定であり運営の継続が困難である為）こと、そして参加者からお金を取るだけではなく、助成金や寄付など外部からお金をもらうことで継続すると回答。

参加者のプライバシーを守りつつ効果的な情報共有を行う為の方法はあるかという質問に対しては1参加者の同意と機密保持 2匿名性の確保 3グループルールの策定 4グループファシリテーターの役割 5オンラインプラットフォームの活用の5点と回答。

自助団体を運営する為に必要なリソースはどのように確保しているという質問には資金は研究費・助成金で運営していた、人材は運営者に関しては精神疾患に関する関心のある人とSNSを介して知り合い運営していた、施設は場所は部屋を借りていたとそれぞれ回答した。

今回のAPAの学会参加は、質疑応答を含め自らの研究や研究を踏まえた考察を、心理学・精神医学の研究者の方々に共有出来る機会となった。