

トラウマを体験した青少年の親に対する CBT を用いた心理教育

マテリアルの開発

研究分担者 堀越 勝（国立精神・神経医療研究センター 認知行動療法センター）

研究要旨

本邦において児童期や青少年期のメンタルヘルスに対する関心は年々高まっている。青少年期では暴力、性被害をはじめ陰湿ないじめ、不適切な養育などの対人トラウマ被害に遭いやすく、トラウマの影響が彼らの健全な成長を阻害し不登校や引きこもり、物質依存、自殺といったより深刻な問題へと繋がっている。これらの問題解決には青少年本人の力だけでなく、彼らにとって最も身近な支援者となる親の役割が大きいとされている。

本研究の CBT 班ではトラウマの影響により社会不適応状態にある青少年のケアの充実を目的とした。我々は青少年とその親に対してトラウマケアの第一段階として有効とされているトラウマ心理教育の提供を目的として、認知行動療法を用いた心理教育マテリアルの開発をおこなった。本分担研究では「トラウマを体験した青少年の子どもをもつ親への CBT を用いた心理教育マテリアル」を開発した。親用心理教育マテリアルは全 3 セッションの短期間介入型のワーク形式を取り入れたマテリアルとなった。

A. 研究目的

思春期や青年期の青少年は暴力や性的被害など対人関係に関連するトラウマを受けやすい。日本は特有のハイコンテクストな文化を持つため SNS によるいじめや無視といった目に見えづらい陰湿な攻撃も多い。こうした対人トラウマは心的外傷後ストレス症状をもたらすだけでなく、引きこもり、物質依存、自殺へのリスクを高めるため精神保健上の問題となっている。これまでこうした青少年に対して成人用のトラウマ焦点化認知行動療法などを援用してきた。しかしながら、青少年は成人と比べて解離症状を呈しやすく、その出現時に自傷・自殺行為や再被害が発生する危険が高いと報告されている¹⁾。また、青少年は成人と比較し

て衝動コントロールの能力も十分でないことも多く、本人の対処能力のみでトラウマ症状から回復するには困難な事例も散見される。上記にくわえて、青少年は大人を頼ることが難しい心理的発達過程にあり、支援が遅延しがちとなり、結果として成人期以降のメンタルヘルス不調につながることも少なくない。

そこで本研究では青少年にとって最も身近である親が支援者として彼らを支えるために求められる役割を理解し機能するために、親用の心理教育マテリアルを作成することを目的とした。

B. 研究方法

本研究の方法は以下の方法で行った。

■ 青少年の親用トラウマ心理教育マテリアルの開発

1) 親がトラウマを負った青少年を支えるために必要とされる知識やスキルを学ぶために効果的なマテリアルを作成するため、先行研究で得られた知見や資料を整理し検討をする。

- 既存のトラウマ心理教育について内容を分類し共通要素を抽出する
- トラウマサバイバーの家族や地域に対する支援介入法の文献²⁾をもとにこれまでの知見を整理する
- ペアレントトレーニングに代表される児童期の親を対象とした養育支援のプログラム³⁾を参考に方法論を検討する
- 青少年期のアタッチメントの文献をもとに理論と介入法について整理し内容を検討する
- 物質依存や自傷の行為者とその親を対象とした心理療法の文献⁴⁾をもとに知見を整理する

2) マテリアルの提供方法とコンテンツの検討

- マテリアル使用場面を想定し、サービス提供方法検討するため、各種の介入法（親子同時面接法、親子同時並行面接法、親単独面接法 など）によるメリットデメリットの整理・検討し、マテリアル実施に最も適した提供方法を決定する
- マテリアルのコンテンツを決定するため
1) で得た情報をもとに、CBT 班の専門家らによってディスカッションを重ねコンテンツの候補を絞り込み、コンテンツ内容を決定する

(倫理面への配慮) 本研究は国立精神・神経医療研究センター倫理審査委員会の承認を受け

ている。

C. 研究結果

親用マテリアルはアタッチメント理論に基づき、青少年の安全・安心の環境構築促進のため、トラウマ症状とその回復に関する知識教育と安定化スキル、アタッチメント強化スキル、親のストレスマネジメントの全3回で構成された。

D. 考察

親用マテリアルは青少年のアタッチメント強化し、安心・安全の確立するためのスキルを認知行動療法の手法を用いてマニュアル化した。このマテリアルは親による青少年への働きかけでなく、親自身のセルフケアに注目しストレスマネジメントのコンテンツが含まれており、親も治療共同体として位置付けていると捉えることができる。

E. 結論

親用心理教育マテリアルが青少年の安全・安心感を強化し、それによって症状改善の促進が期待できる。今後臨床実践をとおして検証していく。

【参考文献】

- 1) Ford JD, Charak R, Modrowski CA., et al. PTSD and dissociation symptoms as mediators of the relationship between polyvictimization and psychosocial and behavioral problems among justice-involved adolescents. *Journal of Trauma & Dissociation*, 19(3):325-346, 2018.
- 2) Laurel Kiser. :Strengthening Family Coping Resources. *Intervention for Families impacted by Trauma*.

Routledge, New York, 2015.

- 3) Thomas, R., & Zimmer-Gembeck, M.J. (2011). Accumulating evidence for parent-child interaction therapy in the prevention of child maltreatment. *Child Development*, 82(1), 177-192.
- 4) リサ・M・ナジャヴィッツ著 松本俊彦、森田展彰監訳：PTSD・物質乱用治療マニュアル。金剛出版，東京，2018.

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし

3. その他

なし

F. 研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

- 1) Akiko Katayanagi, Kiyoshi Makita, Masaya Ito, et al. Developing a Japanese Version of Cognitive Processing Therapy for Adolescents and Young Adults with Post-Traumatic Stress Symptoms, The 16th European Society for Traumatic Stress Studies Conference, 2019/6/14
- 2) Kiyoshi Makita, Akiko Katayanagi, Masaya Ito et al, Development of cognitive processing therapy programs for caregivers of young people with post-traumatic stress symptoms in a Japanese context, The 16th European Society for Traumatic Stress Studies Conference, 2019/6/14
- 3) 片柳章子, 牧田潔, 伊藤正哉 他, 認知処理療法中に再度性被害に遭った PTSD 患者の事例報告, 第 19 回日本認知療法・認知行動療法学会, 2019/8/30

G. 知的財産権の出願・登録状況

なし