

トラウマを体験した青少年への認知行動療法を用いた心理教育

マテリアルの開発

研究分担者 片柳 章子（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

日本において、国内の自殺者数が9年連続で減少する中、10代の自殺は増加傾向にある(厚労省, 2019)。青少年期は、いじめやハラスメント、性犯罪などの対人関係に起因するトラウマ体験を契機に不登校や引きこもり等、社会不適応となり事態が発覚することも少なくない。また、深刻なトラウマを被った青少年は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ある(Ford et al, 2018)。

トラウマ治療の第一選択としては、トラウマに焦点を当てた認知行動療法(Cognitive Behavior Therapy; CBT)が様々な国際ガイドラインで推奨されている(Bisson et al, 2013, Foa et al, 2008, Jonas et al, 2013)。

本研究のCBT班では「トラウマを体験した青少年へのCBTを用いた心理教育マテリアルの開発」と「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の開発」を目指し、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する。

本分担研究では、「トラウマを体験した青少年のCBTを用いた心理教育マテリアルの開発」について報告する。

A. 研究目的

日本における年齢階級別の国民医療費において青少年期の医療費が最も低い(厚労省, 2019)。しかし、青少年期は陰湿ないじめ、体罰、ハラスメント、虐待等の対人関係に起因するトラウマ体験を契機に不登校や引きこもり等、社会不適応となり事態が発覚することも少なくない。深刻なトラウマを被った青少年は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ある(Ford et al, 2018)。しかし、青少年期は大人を頼ることが難しい年代なため、支援が遅延しがちである。青少年期は病院を受診する率が低いにもかかわらず、様々な症状や問題を抱えていること

が多く、この時期のケアを充実させることが、成人以降の心身の健康にもつながると考えられる。

そこで、本分担研究では、トラウマを体験した青少年へのCBTを用いた心理教育マテリアルを開発し、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図るための、青少年用のトラウマに関する心理教育マテリアルを作成することを目的とする。

B. 研究方法

本研究の方法は以下の通りである。

- 青少年用のトラウマに関する心理教育マテリアルの開発

- ・ 青少年を対象にしたトラウマに関するマテリアルを作成
- ・ 青少年が親しみやすい形態にする
 - 漫画形式にして、あまり固い内容にならないように工夫する
- ・ マテリアルを読むことで以下のことを学習する
 - トラウマを体験すると心やからだにどのような影響が生じるかを学ぶ
 - 自分の思考、感情に気づく
 - 思考と事実の区別がつくようになる

C. 研究結果

2019年度はトラウマに関する心理教育や文献を検索し、また、臨床事例も参考にしながら、関係者や業者との会議を重ね、トラウマに関する心理教育を作成した。

D. 考察

2019年度作成したトラウマに関する心理教育マテリアルをもとに、今後、養護教員、教師、医師、心理師、看護師など、青少年に携わる専門職に広く活用されることで、トラウマの重篤化や自殺防止に繋がるものと考えられる。

E. 結論

本研究は対人関係や学校・社会適応上の問題、精神障害のリスク軽減、自殺者の減少など、将来の医療費削減にも貢献するものと考えられる。

【参考文献】

- 1) Bisson, J. I., Roberts, N. P., Andrew, M., Cooper, R., & Lewis, C. Psychological therapies for chronic post-traumatic stress disorder (PTSD) in adults. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 12, Cd003388, 2013.
- 2) Foa, E. B., Keane, T. M., Friedman, M. J., et al. *Effective Treatments for PTSD, Second Edition: Practice Guidelines from the International Society for Traumatic Stress Studies*. New York: Guilford Publications, 2008.
- 3) 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.
- 4) Jonas, D.E., Cusack, K., Forneris, C.A., et al. Comparative effectiveness of psychological treatments and pharmacological treatments for adults with posttraumatic stress disorder (PTSD). Rockville: Agency for Healthcare Research and Quality (AHRQ). *Comparative Effectiveness Review No. 92*, 2013.
- 5) 厚生労働省, 「平成 29 年度 国民医療費の状況」2019
- 6) 厚生労働省, 「自殺の統計」, 2019

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

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし

3. その他

なし