

多様な困難を抱える大学生を対象とした Wellness Recovery Action Plan の試み 6か月後調査

Attempt to Wellness Recovery Action Plan for University Students with Multiple Difficulties : Survey after 6 Months

片山 優美子* 栗原 浩之** 森田 靖子*** 森 恵美****

Yumiko KATAYAMA Hiroyuki KURIHARA Yasuko MORITA Emi MORI

I. はじめに

1. 全国状況と本学のメンタルヘルス

2017年の年代別死因を概観すると15-39歳までの第1位の死因は自殺である(厚生労働省2019)。2019年までの近年に限れば、自殺者総数は減少傾向にあるものの、10代のみ自殺者数は上昇しており、その原因・動機別をみると学校問題が一番多く、一方で、家庭問題も増加してきている状況にある。

大学生の自殺者における傾向として、特に3月は、学業不振、就職の失敗、進路等の悩みから、1年を通じて自殺者数が最も高く、学内におけるカウンセリング機会の確保といった対策が求められている。

また、文部科学省がHPで公表している大学生の学生相談に関してだが、5年前に比べ65.4%の大学が相談件数の増加をあげており、相談内容の多い順として、まず家族・友人・知人・異性関係を含む対人関係(57.7%)、次いで神経症・躁うつ病・統合失調症等の精神障害(48.6%)、そしてアイデンティティ・セルフコントロール等の心理・性格要因(40.3%)等があげられている。大学内におけるカウンセラーの配置状況のうち、常勤のカウンセラーの配置は5年間で15%から20%の割合で増加し、より専門的な相談対応が

求められている状況といえる。

本学は、1996年に設立され、2017年4月から公立大学法人となったが、2018年度4月1日時点の学生総数は1,477人(社会福祉学部661人、環境ツーリズム学部407人、企業情報学部409人)に至り、学生数は増加している。

一方、学生相談においては、1985年に相談室を設置して以降、2013年にはキャンパスソーシャルワーカーを、2014年からは臨床心理士を配置している。現在、臨床心理士が2名配置となっている相談室の相談件数であるが、2018年度の総相談件数は延べ1,253人(実人員90人)となっており、学内だけではなく、家庭等の多岐の場において、メンタルヘルスの必要性を含めた何らかの課題を抱えている学生が一定程度存在するといえる。

II. 目的

精神障害当事者であるメアリー・エレン・コープランド氏を中心として、アメリカで取り組み始められたWellness Recovery Action Plan(元気回復行動プラン:以下、WRAPとする。)は、我が国では「元気回復行動プラン」と訳され、広く用いられているセ

*社会福祉学部教授

**埼玉県上尾市役所職員

***社会福祉学部助教

****社会福祉学部実習助手

ルフヘルプのためのツールである。この手法は、精神的な困難を抱えた人達が健康であり続ける為の知恵や工夫を蓄積して作られたものであったが、現在では自身が元気になりたいと願う者に対しても普及しており、「どのようなときに自分は元気になるのか」、「どのようなサインが現れるのか」など、自己覚知が促進されることや、自身のクライシスに対しても考える機会が得られるものである(Copeland2002=2009、増川ら2018)。

WRAPは、我が国でも精神疾患をもつ者にとっての有効性が示されており(小瀬古ら2016)、当事者や支援者間にも広く知られるようになっていながら、大学生をターゲットとしたWRAPは「キャンパスWRAP」とも称されている(佐久間ら2015)。自身は現在教員として働いているが、大学というフィールドにおいても、さまざまな葛藤や困難を抱える学生らと接する機会は増えており、このWRAPの考えから学生たちが何かしらの学び得るものがあるのではないかと考えた。そこで、本学に通学することに困難をもつ学生や課題を抱える学生を対象に声をかけ、「いい感じの自分¹⁾になりたい」と希望する学生に対し、WRAPプログラムを講座として試みることにした(片山ら2019a)。

本稿は、2017年に実践した「WRAP講座」受講終了者かつ、講座受講後の6か月間、「振り返りWRAP講座」²⁾を受講継続できた者に対して実施した調査結果をまとめたものであり、「多様な困難を抱える大学生」を対象とした「WRAP講座」終了6か月後に至るまでのフォロープログラムの受講によって「対象者が一体何を得たのか」を考察することを目的とする。なお、本研究は、筆頭研究者の個人研究費によるものではあるが、学生支援担当の協力のもとに取り組んだ実践でもある。

Ⅲ. 方法³⁾

1. 研究対象者

研究対象者の抽出は、学生支援を担当していた職員、キャンパスソーシャルワーカーらと相談し、通学が困難だったり、何かしらの課題を抱えたりする学生のうち、20歳以上で「いい感じの自分になりたい」と希望する者に声をかけた。研究対象者数は5名であり、精神疾患をもつ学生については参加にあたり、主治医の理解を得てもらっている。なお、5名のうちこちらの条件に見合う「WRAP講座」から「振り返り

WRAP講座」終了までの期間に継続参加のできた者は4名であった。

2. ファシリテーター

「WRAP講座」におけるファシリテーターは、就労継続支援B型事業利用者、就労継続支援B型事業を担当する精神保健福祉士、就労継続支援B型事業を過去に担当していた作業療法士、精神科病院に勤務する精神保健福祉士の計4名であり、WRAP講座終了後に6か月間実施した「振り返りWRAP講座」(全4回)は、4名のうちの3名のファシリテーターによって行われた。

3. 「WRAP講座」および「振り返りWRAP講座」の実施期間と内容

「WRAP講座」の実施期間は、2017年12月～2018年2月である。実施時間は1回90分で、全9回のプログラムを行った。通常版よりも1回開催を多くして、WRAPプログラムの感想等について語ってもらう内容を組み入れた。

また、「WRAP講座」終了後の6か月間は、参加した学生の希望も踏まえ、2018年3月～2018年9月までの間、実施時間は1回あたり90分～180分とした計4回にわたる「振り返りWRAP講座」を実施した。

4. 調査期間および質問紙調査の内容

調査方法については、「WRAP講座」の実施期間である2017年12～2018年2月に第1回調査を、「WRAP講座」を終了し、「振り返りWRAP講座」を実施している2018年3月～4月に第2回調査、そして、第3回調査を「振り返りWRAP講座」を終了した2018年9月～10月に実施した。

調査項目であるが、対象者の性別、年齢、学部、学年、取得単位数の基本属性に加え、「①現在、学生生活のなかでいい感じになりたいこと」、「②現在、WRAPプログラムについて感じていること」、「③現在、困った時に相談できる人の有無」等を質問した。

また、共同研究者らとの相談の上、これらの項目に加え、多角的に効果測定を行うためのテストバッテリーとして、信頼性等が証明され広く用いられている①ローゼンバーグの自尊感情評価⁴⁾、②GAF(Global Assessment of Functioning) 全般的機能の評価⁵⁾、③精神障害者社会生活評価尺度(LASMI)⁶⁾の

うち、「対人関係」と「労働または課題の遂行」の分析に関する設問項目の抜粋による評価も併せて実施することとした。

5. 分析方法および倫理審査

分析対象者は、「振り返りWRAP講座」終了後までの計3回の調査に回答できた4名とし、統計解析には、SPSS.11.5.1Jを用いた。カテゴリカルな変数は χ^2 検定を、連続変数についてはt検定とピアソンの相関分析を試みた。質的分析は、演繹的、帰納的な手法により、それぞれ質的データ分析法（佐藤2008a、2008b）を用いて分析した。

本調査では、研究対象者に調査協力の自由と個人の匿名性、不利益を被らないことの保証について、書面にて提示し、同意署名を得て、長野大学倫理審査委員会の倫理審査の承認を受けている。また、後述データは、その本質や分析に関する焦点が損なわれない範囲で、個人が半別できないよう特定の事例は省略し、表現された名前は記号とすることにした。

IV. 結果

1. 基本属性

調査対象である4名の基本属性は、表1、表2のとおりである。性別は男性2名、女性2名であり、平均年齢は21.75歳(最小値20歳、最大値24歳)。所属はA学部が1名、B学部が3名であり、学年は3～4年生であった。表2における単位取得数は、学期あたり平均14.59単位(最小値10.20単位、最大値20.71単位)であった。

「振り返りWRAP講座」受講後の学生の状況については、4名それぞれである。

2. 現在、学生生活のなかでいい感じになりたいこと

「現在、学生生活のなかでいい感じになりたいこと」についての回答結果は、WRAPにおける5つのキーコンセプト「①希望」、「②責任」、「③学ぶこと」、「④権利擁護」、「⑤サポート」(Copeland=WRAP研究会2007、片山ら2019a)を軸とした演繹的な質的分析を試みた。(表3)

その結果として、「WRAP講座」受講開始前は、「①希望」、「③学ぶこと」、「④権利擁護」の分類

表1 基本属性1(n=4)

項目	カテゴリー	n	%
性別	男性	2	50.0
	女性	2	50.0
学部	A学部	1	25.0
	B学部	3	75.0
	C学部	0	0.0
学年	1年生	0	0.0
	2年生	0	0.0
	3年生	1	25.0
	4年生	3	75.0
調査開始時点	通学	2	50.0
	休学	2	50.0
6か月後調査時点	休学→復学	1	25.0
	通学→休学	1	25.0
	通学→就職(卒業)	1	25.0
	休学→復学→就職(自主退学)	1	25.0

表2 基本属性2(n=4)

	平均値	最高値	最小値	中央値
年齢(歳)	21.75	24	20	21.5
1 Semester 単位数(単位)	14.59	20.71	10.2	13.72

表3 現在、学生生活のなかで「いい感じ」になりたいこと(n=4)

	「WRAP 講座」受講開始前	「WRAP 講座」受講後	「振り返りWRAP講座」受講後
①希望	「普通に学校に来られたらいい」「親に心配をかけたくない(学費・進路)」「自尊心を高めたい」「自尊心を傷つけている」「楽しく学校に通えるようになりたい」「教室を怖いと思わないように」「ドキドキするので」「やりたいことを決められたらいい」	「落ち着いた気持ちで学生生活を送りたい」「楽しんで生活を送る」	「単位が取りたい」「気持ちよく起きられるようになりたい」「できるだけ自分が思う平常心を保っていきたい」「自身のプライベートも大切にしつつ程よい距離での対人関係を大切にしたい」
②責任		「学業に自信を持ち臨める様になる」	「立ち位置を見失わない」「日々を満喫して生活する」「職種間でのやりとりの中で振り回されない」
③学ぶこと	「学業資格取得に関する勉強に焦りを感じる」	「楽しんで生活を送る」「毎日学校に来る」「自身の権利擁護」「自分の気持ちに正直になる」	「職種間でのやりとりの中で振り回されない」
④権利擁護	「やりたいことを決められたらいい」	「自分の体調を優先的にしたい」「学業より自分のやりたいことをやりたい」「自身の権利擁護」「自分の気持ちに正直になる」「学業に自信を持ち臨める様になる」	「自身のプライベートも大切にしつつ程よい距離での対人関係を大切にしたい」「立ち位置を見失わない」「日々を満喫して生活する」
⑤サポート		「程よい距離感での人間関係」	「自身のプライベートも大切にしつつ程よい距離での対人関係を大切にしたい」「職種間でのやりとりの中で振り回されない」

にとどまるが、「WRAP講座」の受講後は、「①希望」だけでなく、「②責任」に関する表現も出てきたと考えられる。

さいごに、「振り返りWRAP講座」受講後は、「①希望」が多くなるものの、「②責任」や「④権利擁護」に相当する内容の回答も出てきている。自我境界に関する発言が聞かれ、WRAPのキーコンセプトに分類することにより、対象者の内面の変化が若干ではあるが浮かび上がってくるものと考えられる。

3. 現在、WRAPプログラムについて感じていること

「WRAPのプログラムについて感じていること」の回答結果については、調査用紙に記載されている言葉から帰納的な質的分析を用いて表4にまとめた。

「WRAP講座」受講前は主にチラシや本を読み、興味や期待と参加への不安があげられているが、

「WRAP講座」受講後は、WRAPのプログラムによる自身の気づきや自分に対しての意識が向けられる傾向が見られた。また、「WRAP講座」への参加の緊張と同時に、WRAPそのものへの安心感が示されているとも思われる。

「振り返りWRAP講座」受講後は、「WRAP講座」受講後同様、自身の気づきがあげられ、手法そのものへの活用や理解が深まっているように感じられた。

4. 現在、困った時に相談できる人の有無

「現在、困った時に相談できる人の有無」の回答を表5にまとめた。

「WRAP講座」の受講開始前は、「相談できる人がいるか」の問いに対して「いいえ」が1人いたが、講座受講後は「いいえ」と回答する者はいなかった。

また、「WRAP講座」受講開始前および「振り返

表4 現在、WRAPプログラムについて感じていること(n=4)

	「WRAP講座」受講開始前	「WRAP講座」受講後	「振り返りWRAP講座」受講後
WRAPへの期待	「元気に役立つ道具箱が気になった」「今の自分にもこの先に役立つプランとを感じる」「本を読んだりして、ヒントを探すのに有効ではないかと思う」「自分自身だと、クライシスなどところまで行く前にこのフェーズで何をすべきか、早い段階で対処できる」	「WRAPにあまり参加できなかったため、プラン作りなどいまち理解していない。最初からプラン作りを行えるようになりたい」	「覚えれば便利な物」
WRAPへの不安・懸念	「難しそう」「自分が自分のことを話せるかな」「みんなに嫌な思いをさせたくない」「自分も話してぶり返したくない」「学生同士でうまくコミュニケーションがとれるかな」	「WRAPプログラムが始まる前(前日や当日の始まる5,6時間前)には「参加しなきゃ、出席しなきゃ」という緊張し、少し疲れてしまう」「穏やかな雰囲気で行われるため、発言もしやすい」「その発言が守られるとともに安心を感じられる」	
指標への着目	「ガイドラインってあるんだやっぱと思った」「(プランに) いろんな項目があるんだなって思った」		
自分への意識・気づき		「いい感じになるために、意識して楽しくやりたいことをできるようになってきた」「自分が落ち込んでいるなと気づけるようになった」	「気持ちの変化に気を付ける。対応ができる」「自分が何をきっかけにしてコンディションが右肩下がりにってしまうのか」「何をしている時にいい状態の自分へ迎えるのかの指針を顕在化しやすい」
場の状況		「グループワーク中は、リラックスした気持ちで参加できる」	
WRAPの安心感		「WRAPがあることを思い出すだけで、少し安心することができる (たまに)」	
見返しの効果			「何度も作成した物を見返していくことで、自分なりの守る術の1つになる。見返すことを年に1回ぐらいはしないといけない。そのときどきで変わる」

りWRAP講座」受講後は、相談者として教員とあげる者がいたが、「振り返りWRAP講座」受講後に教員はあげられていなかった。

友人の数については、3名だったのが、「振り返り

WRAP講座」受講後には、1名と回答している者もいたが、この者は就職をして大学と離れたことにも関連しているのではないかと考えられる。相談者として信頼できる対象は、時間軸による流動性があり、環

表5 現在、困った時に相談できる人の有無

		WRAP受講開始前		WRAP受講後		振り返りWRAP 受講後	
		n	%	n	%	n	%
相談者の有無(n=4)	無	1	25.0	0	0.0	0	0.0
	有	3	75.0	4	100.0	3	75.0
	どちらともいえない	-		-		1	25.0
相談者有の平均値(人)		5.76		3.75		3.67	
相談者	教員	2		2		0	
	主治医	1		2		2	
	相談員・カウンセラー	1		1		2	
	母	2		0		1	
	父	0		0		1	
	彼氏・彼女	1		1		0	
	友人	3		3		1	
	社長	0		0		1	

表6 ローゼンバーグの自尊感情尺度の分析

	Mean	SD	相関係数		
			1	2	3
1 WRAP 受講開始前(得点)	23.00	1.354			
2 WRAP 受講後(得点)	22.75	1.377	.760		
3 振り返りWRAP 受講後(得点)	25.00	2.739	.832	.773	

注)n=4 ピアソンの相関係数

表7 GAF 尺度の分析

	Mean	SD	相関係数		
			1	2	3
1 WRAP 受講開始前(得点)	38.00	10.304			
2 WRAP 受講後(得点)	34.25	6.290	-.031		
3 振り返りWRAP 受講後(得点)	49.00	5.845	.346	.843	

注)n=4 ピアソンの相関係数

境因子に少なからず影響を受けるところであろう。

5. ローゼンバーグの自尊感情尺度

ローゼンバーグの自尊感情尺度による分析(表6)では、「WRAP講座」受講開始前より、「振り返りWRAP講座」受講後は、若干右肩上がりであるものの横ばいとなっており、ピアソンの相関分析では相関は認められなかった。

6. GAF (Global Assessment of Functioning) 全般的機能の評価

GAF尺度(表7)については、「WRAP講座」受講後から「振り返りWRAP講座」受講後にかけては、4名の学生それぞれの値についても右肩上がりとなっていたが、一連の評価を通じてのピアソンの相関分析での相関は認められなかった。ACT (Assertive Community Treatment: 包括的地域生活支援)の標

準モデルにある重い精神障害をもつ対象者の加入基準の1つに、GAF尺度では過去1年間継続して50点以下に該当することが明記されている（ACT全国ネットワークHP）⁷⁾が、プログラム刺激の前後に関係なく、GAF尺度の値そのものが低いようにも感じられた。

7. 精神障害者社会生活評価尺度(LASMI)における「対人関係」および「労働または課題の遂行」設問項目の抜粋による評価(数値が低いほど問題が少くない)

LASMIでは設問を絞り、「対人関係」項目の分析(表8)と「労働または課題の遂行」項目からの分析(表9)を行った。「対人関係」は「WRAP講座」受講後に上昇したものの、「振り返りWRAP受講後」には、開始前よりも数値が低下している状況が見られた。「WRAP講座」受講後は、3月で卒業式等による環境変化によって、対人関係に対するストレスが強くなったことは影響要因として否定できない。

また、「労働または課題の遂行」項目の分析はなだらかに数値が低下しており、改善が見込まれるものの、ピアソンの相関分析では相関が認められなかった。上述同様、「WRAP講座」受講後は、卒業時期であり、「振り返りWRAP受講後」は、環境変化後で半年を経た時期でもあり、学生は新年度から半年

を過ごし、環境が安定した時期で問題が少なくなった外的要因もあるのではないかと考えられる。

V. 考察

本調査結果の分析から、「WRAP講座」の継続受講により、対象者らの内面的な変化はある程度確認できたところであるが、具体的にどのような効果や課題が得られたのかを以下に考察したい。

1. バウンダリー意識が「いい感じ」の獲得にむけた構成要素となる可能性

「WRAP講座」受講開始前と「振り返りWRAP講座」受講後と比較すると、「振り返りWRAP講座」受講後は、よりWRAP手法の効用等について主体的に考えられるように変化している。そして、「いい感じ」になりたい自分像を単なる「希望」だけで創造するのではなく、その発言は「責任」を持ち、「権利擁護」や「サポート」等のカテゴリーへと広がりを見せている。WRAPのキーコンセプトの1つとされる「サポート」とは、①自分で自身をサポートする、②他者を自分がサポートする、③自分が他者からサポートされるという3つのサポートがある（Copeland=WRAP研究会2007、片山ら2019a）と考えられているが、「WRAP講座」では、何らかの内省をし、サポートの存在について確認する一方、サポートのある世

表8 LASMI「対人関係」の分析

	mean	SD	相関係数		
			1	2	3
1 WRAP 受講開始前(得点)	1.33	.229			
2 WRAP 受講後(得点)	1.83	.566	.816		
3 振り返りWRAP 受講後(得点)	0.78	.239	.065	.297	

注)n=4 ピアソンの相関係数

表9 LASMI「労働または課題の遂行」の分析

	mean	SD	相関係数		
			1	2	3
1 WRAP 受講開始前(得点)	1.85	.441			
2 WRAP 受講後(得点)	1.50	.776	.056		
3 振り返りWRAP 受講後(得点)	1.13	.342	-.097	.969*	

注)n=4 ピアソンの相関係数 *:p<0.05

しかし、それぞれのLASMI「労働または課題の遂行」の差の95%信頼区間は0をまたいでいるので相関はない

界、サポートのない世界とはどのようなものかを参加者相互で話し合い、深めていくプロセスで、その必要性を客観的にとらえる契機になったように思われる。また、質的分析では、WRAP体験が自分と他人の境界を持つことの気づきが発言として聞かれており、いわゆる「バウンダリー」の意識獲得が「いい感じ」の自分になることへの構成要素の1つとなり得る可能性も感じられ、今後の検証が待たれるところである。

2. 「振り返りWRAP講座」受講後は、複数の評価スケールにおいて測定値が改善

①ローゼンバーグの自尊感情尺度、②GAF (Global Assessment of Functioning) 全般的機能の評価、③精神障害者社会生活評価尺度(LASMI)における「対人関係」および「労働または課題の遂行」設問項目の抜粋による評価という3種類の評価スケールにおける、「WRAP講座」受講開始前と「振り返りWRAP講座」受講後の測定結果を比較したところ、測定数値が共通して変化しており、相関関係が実証できず今後対象者数を増やしていくことが課題であるものの、測定数値が全ての結果で「改善傾向」を示していたことはとても興味深いところである。

質的分析における「WRAP講座」受講後では、「WRAPへの不安・緊張」が挙げられているものの、「WRAPへの安心感」も同時に示されていたが、こうした「WRAP講座」の中でファシリテーターが、一人ひとりが安心して発言できる場の提供へと配慮を重ねることにより(片山ら2019a)、学生たちが安心してWRAPを体験できることにつながり、ひいては、これが複数のスケールの測定値改善を左右する要因の1つに寄与した可能性も十分に考えられるものであろう。

学生生活において、進級や卒業の時期は大きな環境変化となるが、困難を抱える学生にとっては、過年度生となったり、下級生達と同じ授業を受けなければならなかったりと、心理的にも多くの影響を受けやすい立場にあることは言うまでもない。本研究では、多角的な観点から効果を測定するため、質的分析に加え、試行的に3つの評価方式を採用したが、対象者が少なく、分析手法にも限界があることに加え、外的要因の1つとして、測定時期による影響が含まれていることはつけ加えておきたい。

3 学生の自尊感情を理解することの重要性

自尊感情は、「われわれの満足や不満足に対する客観的理由とは無関係の、ある平均的な調子の自己感情がある」(James1892=1992)と言われている。今回の長期にわたる「WRAP講座」の効果測定を通じ、小塩ら(2014)が示した1984年から2010年までの年代別メタ分析をした大学生の自尊感情の平均値よりも、本講座参加学生の平均値ははるかに低い値であった。さらに、小塩ら(2014)の、年代別メタ分析においては、一番低い自尊感情の平均値は中高生であったのだが、その中高生の平均値よりも本講座参加学生の平均値は低い値でもあった。この自尊感情における平均値の低さが、困難を抱える大学生である対象者の特徴であるかどうかは、今後も研究を積み重ねていかなければ明確にはならないところであるが、学生たちの自尊感情そのものに教育者はきちんと向き合い、高めていく必要があり、改めて学生たちとの対話の重要性について考えさせられた。

4. 本研究の限界と課題

困難を抱える大学生を対象とした「WRAP講座」の継続的な実践および関連する調査は、これまで我が国の研究では行われてはいないが、本研究は参加者4名と少数であり、研究結果を一般化することは難しいところである。今後については、WRAPの試みを通学できている学生や一般市民などにも拡大し、受講による効果の比較検証等を積み重ねていくことが課題であろう。

VI. おわりに

本研究に協力してくれた関係者や学生たちと長い期間にわたってさまざまな対話を深められたことは、教員として今後の学生教育においても貴重な機会であった。「振り返りWRAP講座」受講後の回答には、WRAPは「覚えれば便利な物」としてあげられていたのが印象的である。彼らの今後の人生において、何らかの困難に直面し、WRAPをふと思い出し、役立ててもらえる機会があるとすれば、本研究の本来の意義はそこにあるのかもしれないと感じている。

謝辞

本研究におけるWRAPファシリテーターを引き受けてくださった島田康行氏、八木栄一氏、樋口開人氏、荻野紅葉氏に、対象学生にお声がけいただいた小

金澤たかね氏、そしてご参加くださった学生の皆様に感謝いたします。

(本研究は、埼玉県精神保健福祉士協会主催第7回学術集會にて発表した「困難を抱える学生に対するWRAPの試み6か月後調査【調査研究】」を加筆・修正したものです。)

注

- 1) いい感じの自分：元気回復行動プランのなかに表示されているものである。本試みでは、より学生が身近に想像しやすい言葉として「いい感じの自分」と表現しており、呼び掛けたチラシにも「いい感じの自分」と明記して応募を募っている。一人ひとりが考える、よりよい自分になりたいと希望する「いい感じの自分」は、みんながすべて違っているため、それぞれの思い描く「いい感じの自分」をもち講座に参加していると捉えている(片山ら2019a 2019b)。
- 2) 本稿では、最初に実施したWRAPプログラムを「WRAP講座」とし、講座受講後の6か月間の振り返りの講座を「振り返りWRAP講座」と表記する。
- 3) 本稿をはじめて閲覧する方のいることも考慮し、研究対象者等方法の説明の一部は片山ら(2019a)と一部重複掲載している。
- 4) ローゼンバーグの自尊感情尺度とは、自尊心を測定する尺度であり、国内外の多くの研究で次元性、妥当性、信頼性が確認され、広く用いられている。
- 5) GAF (Global Assessment of Functioning) 全般的機能の評価は、DSM-IV-TRで用いられている機能の全体的評定尺度であり、身体的(または環境的)制約による機能の障害を除き、心理的、社会的、職業的機能を評価し、その人の社会生活の全体機能を大まかに示す尺度である。測定にあたっては、過去1か月の状態とし、症状を認めず社会的機能面で優秀な状態を100点、自傷他害や最低限の身辺清潔維持ができない状態を1点とし、高い得点ほど良好な状態を示す。DSMは、アメリカ精神医学会が作成した精神障害の診断と統計マニュアルであるが、GAFは精神疾患を持つものに使用を限らない尺度でもある。
- 6) 精神障害者社会生活評価尺度(LASMI)は、精神

障害のある人の生活障害を包括的に捉えることを目的に開発された尺度であり、観察型の他者評価で、慢性統合失調症者の社会生活能力を測定する尺度であり、全40項目、5つの評価領域からなる。「①日常生活」、「②対人関係」、「③労働または課題の遂行」は対象者の生活技能を、「④持続性・安定性」は生活経過の不安定性を、「⑤自己認識」は生きがいの乏しさ(現実離れ)を評価するものであり、十分な信頼性、妥当性が確認されている。得点は各領域の合計点を評価項目数で除した平均点を算出する。低い得点ほど社会生活能力の良好な状態を示す。本調査では困難を抱えた大学生を対象にした背景もあることから「対人関係」と「労働または課題の遂行」の尺度だけを抜粋し用いることとした。

- 7) ACT全国ネットワークWEBサイトに記載されている対象者の加入基準は、以下のように記されている。長期入院者や頻回入院者、長期のひきこもりなど地域社会で孤立状態にある重い精神障害を持つ人々にサービスが提供できるよう、各地域の実情の合わせ明確な加入基準を持つ。(例:以下の条件をすべて満たすもの)①年齢 18歳から65歳まで。②疾患 統合失調症・双極性感情障害・重症うつ病を主診断としてもつ。除外診断:主診断が発達障害・知的障害(IQ50以下)。③日常生活機能 独力では日常生活・安全管理・危機回避などや社会生活が営めない状態が6ヶ月以上続いている。④精神科医療との関係が以下のいずれかを満たす。・1年に2回以上の入院または年100日以上入院地域や家庭でのトラブルがあり、地域生活の継続が困難な事例を含む。・1年以上の長期入院患者で心理社会的要件から退院が困難になっているもの。・家族等が通院中であるが本人は1年以上の長期ひきこもり・地域で発症が疑われ、1年以上の長期にわたる未受診事例。⑤GAF(機能の全体的評定尺度)では過去1年間継続して50点以下に該当。・安定したサービス環境を維持するために、チームは利用者の新規加入を低い率に抑える。

参考文献

文部科学省HP (https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo4/015/gijiroku/06060810/)

002/003.htm.2020/01/06)

- 小瀬古伸幸、長谷川雅美、田中浩二、進あすか、木下将太郎(2016) WRAPの視点を取り入れた看護計画に基づく精神科訪問看護の効果. 2014(平成26)年度後期(財)在宅医療勇美記念財団在宅医療助成(一般公募)完了報告書. 1-23
- 佐久間祐子・向井佑輔(2015)学生による学生のための大学生版元気回復行動プラン(Campus Wellness Recovery Action Plan: CWRAP)実施報告. 日本橋学館大学紀要第14号121-132
- 厚生労働省(2019)「令和元年版自殺対策白書」
- 増川ねてる・藤田茂治(2018)「WRAP®を始める!—精神科看護師とのWRAP®入門【WRAP(元気回復行動プラン)編】」精神看護出版 p135-137
- Copeland, Meary Ellen (2002) Wellness Recovery Action Plan. West Dummerston, VT : Peach Press. (=久野恵理訳(2009)「元気回復行動プラン」道具箱)
- Copeland, Meary Ellen (=WRAP研究会(2007)「リカバリーにとって大切なこと WRAP Recovery Key Concept」丸信. 全40頁)
- James, W. 1892 Psychology : The briefer course.

Edited by Gordon Allport. Notre Dame Indiana : University of Notre Dame Press. (今田寛訳1992心理学(上)(下)岩波文庫 p245)

- 小塩真司、岡田 涼、茂垣まどか、並川 努、脇田貴文(2014)「自尊感情平均に及ぼす年齢と調査年の影響—Rosenbergの自尊感情尺度日本語版のメタ分析—」教育心理学研究62巻, p273-282

ACT全国ネットワーク

HP(<https://assertivecommunitytreatment.jp/a/100.2020.12.10>)

- 佐藤郁哉(2008a)「質的データ分析法—原理・方法・実践」新曜社
- 佐藤郁哉(2008b)「QDAソフトを活用する実践質的データ分析入門」新曜社
- 片山優美子、森田靖子、森 恵美 (2019a)「多様な困難を抱える大学生を対象としたWellness Recovery Action Planの試み—受講後の感想の質的分析—」長野大学紀要41 (1) p1-16
- 片山優美子、栗原浩之 (2019b)「困難を抱える学生に対するWRAPの試み6か月後調査【調査研究】」埼玉県精神保健福祉士協会主催第7回学術集会