

## 2022年度 若手・女性研究者奨励金 レポート

研究課題	<b>属性横断的なスティグマ介入プログラムの開発</b>
キーワード	① 精神疾患、② スティグマ、③ ACT

### 研究者の所属・氏名等

フリガナ 氏名	ツダ ナツミ 津田 菜摘
配付時の所属先・職位等 (令和4年4月1日現在)	同志社大学 心理学部 助教
現在の所属先・職位等 (令和5年7月1日現在)	同志社大学 心理学部 助教
プロフィール	精神疾患へのスティグマに対するアクセプタンス&コミットメント・セラピーをテーマに研究を行い、2021年3月博士号を取得。同志社大学特任助教を経て現在は同大学助教として勤務。臨床と研究の両立を目標に、臨床現場における研究や臨床に取り組んでいる。

### 1. 研究の概要

本研究における目的は、人種などのカテゴリーに依存しない形でのスティグマ(特定のグループに向けたネガティブなイメージ)の改善を目指して、介入プログラムの開発を行うことであった。そのために、2022年度に1件の質問紙調査を実施した。質問紙調査の目的は、介入でアプローチすべきスティグマはどのようなものであるかを同定するために、精神疾患を有する人物が晒されている差別や困難を尋ねることで、疾患名に限らず精神疾患全体に共通する背景要因や特徴を検討することである。

そのために、質問紙調査では、自由記述で、精神疾患を有する人物を対象に、これまで精神疾患を開示した上で生じた周囲の反応について、うれしかったことと嫌だったことの回答を依頼した。結果は、内容に従ってグループ化していくという質的分析が行われ、得られた回答をまとめることで行われた。

その結果、周囲の人物の反応は、行動の形態は同じであったとしても、関係性や文脈によってうれしいことにも嫌なことにもなり得る可能性が示唆された。例えば、なにも言わずに見守ってくれたこと(うれしいこと)と、特に反応なく無視された(嫌なこと)では、両方とも行動の形態は“何も言わない”であるが、それぞれ内包する機能が異なる。今後の研究では、この機能に着目した上で関わりを促すような介入を使用して研究を行う必要があるだろう。

### 2. 研究の動機、目的

本研究に取り組もうと考えた動機は、ますます多様化する社会において、混在する種々のカテゴリーへのスティグマに対応できる方法を考えたいと思ったからである。これまでの心理教育では、“〇〇の人には、△△という関わり方をしましょう”といった、形態を限定する教育内容が多く見受けられる。しかし、精神疾患だけでも多様な症状や組み合わせがある中、一つの関わり方では網羅できない可能性が懸念される。そのうえ、人種や性別など多様化する社会において一つ一つのカテゴリーに依存したスティグマの解消を行うのは非効率である。そこで、複数のカテゴリーへのスティグマに共通する要因が特定できれば、カテゴリーを網羅したスティグマアプローチに寄与できると考え、精神疾患を有する人物に対する周囲の人物の

反応について調査することを本研究の目的とした。

精神疾患にカテゴリーを限定したのは、精神疾患は、内包される様々な疾患名によって、対応方法も様々である一方で、強いスティグマに晒されているためである。各疾患の個性が大幅に無視されているという意味で、カテゴリーに依存しない形でのスティグマ介入のための基礎的研究として寄与できると考えた。

### 3. 研究の結果

本研究は、精神疾患を有している人物 400 名（平均年齢：40.40 歳）を対象に質問紙調査を実施した。18 歳～69 歳の精神疾患と診断されたことがあると回答した人物を対象にうれしいことと、嫌だったことについて調査を行った。全体の結果の内、うれしかったことはないと回答したのは 211 名（52.8%）であり、嫌だったことはないと回答したのは 178 名（44.5%）であった。得られた結果は、2 名の心理学を専門とする研究者によってカテゴリー化が行われた。その結果、2 回まとめる作業が行われたところで十分なまとまりとなり、うれしかったことでは、何もいわずに見守ってくれるという“干渉なき見守り”や、頑張りすぎていることを止めてくれる“過剰努力の抑止”のようなカテゴリーが得られ、嫌だったことでは病気のことを無視される“拒否的言動”や励まされたり、無理をしないようにといわれる“気に障った相手の善意”のようなカテゴリーが得られた。これらを統合すると、行動の形態が同じ場合でも、関係性や文脈によって、その行動がうれしいことにも嫌なことにもなり得る可能性が示唆された。本調査結果から、特定の行動を推奨するのではなく、その行動によってどのような効果があるかまで考えた上で関わり方を推奨していく必要があると考えられる。今後の研究では、本研究で得られた結果を例示しながら、自らのスティグマ（思考や行動）に気づくように促すプログラムを作成する必要があるという見解に至った。

### 4. 研究者としてのこれからの展望

今後の研究者としての目標は、心理職として臨床と研究を両立していくことである。研究者として大学という閉ざされた環境だけで研究を行うことに焦点を絞ってしまうと、実際の社会のニーズやスティグマに触れることが少なくなってしまうと考えている。そのため、心理師として実臨床における貢献も同時に行い、現実社会とのギャップを埋める努力をしていきたい。また、その過程において、自分が両立するだけでなく、大学での基礎研究と臨床実践について、知識だけでなく人の関係性もつなぐことができる人材になりたいと考えている。今あるつながりを大切に、それらを少しずつ広げていきたい。

### 5. 支援者（寄付企業等や社会一般）等へのメッセージ

本研究の実施にあたり、ご寄付いただいた企業の皆様に厚く御礼申し上げます。本奨励金により研究を遂行できたことで、実際に社会でどのようなスティグマが存在しているかを明らかにすることができました。本結果は、昨今話題になっている意図せずとも他者を傷つけてしまうという“マイクロアグレッション”にも通じるものであり、今後の多様性促進のために大きな役割を与えるものだと思っています。本調査は、私自身にとっても共同研究者の先生とつながりを深めることができ、さらに学会発表も予定しているという形でステップアップにつながったように思います。“あらゆるカテゴリーへのスティグマを減らす”という目標は、私一人には大きすぎるものであり、社会全体のご協力がないと達成することはできません。今回の研究も小さな一歩ではありますが、皆さまのお力添えをいただいた上で行うことができたという点で大きな一歩であったと感じています。