

## 若者のストレスを焦点としたリカバリーゴールの過渡的支援 —児童デイサービスを活用した思春期・青年期への試行的実践に向けて—

○ 東京福祉大学 藤島 薫 (5592)

キーワード：若者、リカバリー、過渡的支援

### 1. 研究目的

思春期・青年期の若者は人生の方向性に大きな影響を及ぼす時でありながら、更に心身の急激な成長というタスクを合わせ持っている年代であると言える。若者の多くは様々な体験を通して人生のタスクを越えていくが、時として何らかのストレスやライフイベントが引き金となって社会適応の困難やメンタルヘルスの問題を抱えることもある。IEPA（国際早期精神病学会）は2004年に「早期精神病宣言」を発表しイギリスをはじめオーストラリアなどの諸外国で若者に対する早期介入を推進している。若者に対する精神疾患の早期介入については早すぎる診断と治療、偏見の増長を促すなどの理由から反対する声も聞かれる。しかし、知らないことによって起こる適切な支援への遅延とその後の人生のリスクを考えると、若者を尊重し倫理に基づくという前提において、早期支援とリカバリーを目指すための過渡的支援の体制が整えられるべきである。リカバリー（回復）は、精神障害者の手記から生まれた概念で、単なる病気や障害の回復ではなく、それらによって失われた人生や尊厳を回復するプロセスというものである。

わが国においても、若者を対象としたデイケアやプログラムは精神医療機関等でも行われている。それぞれの報告から、精神疾患の正しい理解と対応についての心理教育、若者がアクセスしやすい支援体制、さらに若者の行動と心理に焦点をあてたプログラムが求められることが示唆されている。

そこで、本研究の目的は、若者のメンタルヘルスの問題を起因とする生活のしづらさを改善し、学校生活や社会生活への適応を促進するためのリカバリーゴールの過渡的支援プログラムを開発することを目的とする。

### 2. 研究の視点および方法

研究の視点は、若者のストレスを焦点としてリカバリーを促進していくことである。特に先行研究として参考にする事例はニュージーランドにおける「若者過渡的プログラム：Youth Transitional Programme」である。若者を尊重しストレスを促進するために主にグループの力を活用したプログラムが期間限定でシステムティックに提供され、若者の復学あるいは復職を目指している。わが国において実践可能なプログラム、若者がアクセスしやすい環境等を考え、試行的実践を児童デイケアで行うこととした。児童デイケアは障害のある児童（身体・知的・精神）を対象とし、利用年齢は原則18歳であるが20歳ま

で利用の特例が認められている。現在の児童デイサービスは主に幼児・児童が対象としていところが多く、継続的支援の必要性を考えても妥当であると考えた。先行研究および実践事例、そして若者の行動と心理およびストレスを焦点とした理論・スキル等から期間を限定したプログラムを開発した。

### 3. 倫理的配慮

本報告は、今後の介入調査に向けて、文献研究および実践事例研究に基づく研究である。日本社会福祉学会の研究倫理指針の遵守に基づいて報告をまとめている。

### 4. 研究結果

若者のストレスに焦点をあてリカバリーを目指す過渡的プログラムを以下のように設定した。対象とする若者は12歳から18歳の男女で、なんらかのメンタルヘルスに課題をかかえ学校あるいは社会への適合に困難を抱えている者とした。教育機関および医療機関との連携からの照会を基本とする。1グループの定員は12名、期間は3カ月間で、プログラム終了後はフォローアップを行う。プログラム内容の枠組みは、「若者の心と体」で心理教育を取り入れ、思春期・青年期の心身の変化と、この年代に大切なことを理解する。「自分を好きになる」は自分のストレスの発見、自分を苦しめる認知を再構成、怒りのコントロールなどを入れる。「教育と職業」は若者の学年齢、関心に合わせ対応する。「アクティビティ」は冒険、創作、スポーツ、コミュニケーション、卒業課題などでグループを活用した内容とした。プログラムの重要な視点は、若者を尊重し信じるということで、試行的実践に先立ち、スタッフ研修を行う。

### 5. 考察

ストレス - 脆弱性理論による精神疾患の発症は、たくさんの「対処」によって防ぐことが可能である。若者のストレスに焦点をおく支援は、若者が自分自身を受容することが可能となり、重要な「対処」の一つである。また自分自身を受容する力は他者を認めることも可能となり、多くの若者が困難を抱えている対人関係の改善を促進することが期待できる。若者の変化は家族関係の変化をもたらすであろう。しかし、繊細な若者だけにその作業を負わせるのではなく、過渡的支援プログラムの中に家族支援も含め包括的な取り組みとしていくことも、今後の検討課題となった。

本研究は、平成21～22年度科学研究費挑戦的萌芽研究『青年期における精神疾患早期支援プログラム開発に関する研究』研究代表者藤島薫（課題番号：21653054）及び平成23～25年度科学研究費基盤研究C『精神疾患早期支援のための思春期・青年期過渡的プログラム開発に関する研究』研究代表者藤島薫（課題番号：90530121）の助成を受けて行ったものである。