

子どものうつと不安へのエビデンスベイストアプローチ

尾形明子

(広島大学大学院教育学研究科)

子どもの心理的問題とその支援が重要視されているにも関わらず、我が国では欧米に比べ、子どもの抱える「うつ」と「不安」について十分理解されておらず、「子どもにうつ病や不安障害はない」「子どもの気分の問題は一時的でそのうち回復する」「不安は性格の問題」といった認識から効果的なアプローチがなされていないこともある。しかし、日本の9～13歳の子どもの4.2%がうつ病の診断に該当することや(傳田, 2008)、不登校児童生徒はうつと不安の症状を有していること(石川ら, 2012)から、不登校をはじめとした子どもの心理的問題を、「うつ」と「不安」の側面から捉え直す必要がある。また、児童期青年期におけるうつと不安に適切な治療や支援がなされなければ、その子どもは後に、症状の憎悪や再燃、他の精神疾患の合併といった問題を抱える。子どもの心理適応を向上させ、よりよい成長を促すためには、家庭、学校、医療機関において、子どもの抑うつや不安の症状に早く気づき、それを改善するため適切なアプローチがなされる必要がある。

そこで、このたび、2012年10月に「子どものうつと不安へのエビデンスベイストアプローチ」と題して、第19回広島大学心理臨床セミナーを開催した。講師として、我が国において、子どものうつと不安に関して研究と実践に精力的に取り組まれている3人の先生をお招きした。北海道大学の傳田健三教授には、子どものうつ病の診断と治療に関する最新の知見について、発達障害との関連もふまえながら、お話しいただいた。また、関西大学の佐藤寛准教授には子どものうつについて、同志社大学の石川信一准教授には子どもの不安について、それぞれのアセスメントの仕方、エビデンスに基づいた心理的アプローチについて、実際のツールや事例、学校での取り組みをご紹介いただきながら、お話しいただいた。先生方のご講演から、子どものうつと不安については多くのエビデンスが蓄積されており、適切なアセスメント方法や効果が実証されているアプローチがあることがわかり、目の前の子どもを理解し、支援していくための明日からすぐに使えるヒントをいただいた。心理臨床の現場はもちろんのこと、学校や家庭、医療機関で、子どものうつと不安に対する適切な支援がなされることが求められる。

引用文献

傳田健三 (2008). 児童・青年期の気分障害の臨床的特徴と最新の動向 児童青年精神医学とその近接領域, **49**, 89-100.

石川信一・佐藤 寛・野村尚子・木谷村美香・河野順子・井上和臣・坂野雄二 (2012). 不登校児童生徒における不登校行動継続メカニズムに関する検討 — 不登校機能アセスメント尺度適用の試み — 認知療法研究, **5**, 83-93.