

「大学構成員を対象にして行う心理的健康度の向上を目指した 認知行動療法等の効果測定」へのご協力をお願い

この文書は、「大学構成員を対象にして行う心理的健康度の向上を目指した認知行動療法等の効果測定」の内容について説明したものです。この研究に参加されなくても不利益を受けることは一切ありませんのでご安心ください。もし、おわかりになりにくいことがありましたらどうぞ遠慮なく担当者にお尋ねください。

1. この研究の概要

研究課題

大学構成員を対象にして行う心理的健康度の向上を目指した認知行動療法等の効果測定

研究責任者氏名・所属・職名

・渡邊慶一郎 東京大学相談支援研究開発センター・総合窓口・教授

研究従事者氏名・所属・職名

・高野 明 同・カウンセリング分野・准教授
・榎本眞理子 同・カウンセリング分野・講師
・藤原祥子 同・カウンセリング分野・助教
・大塚 尚 同・カウンセリング分野・助教
・伊藤理紗 同・カウンセリング分野・助教
・横山孝行 同・カウンセリング分野・特任助教
・鬼塚淳子 同・カウンセリング分野・特任助教
・落合舞子 同・カウンセリング分野・特任助教
・荒井穂菜美 同・カウンセリング分野・特任助教
・大島紀人 同・メンタルヘルス分野・講師
・西村文親 同・メンタルヘルス分野・講師
・多田真理子 同・メンタルヘルス分野・講師
・梶奈美子 同・メンタルヘルス分野・助教
・澤田欣吾 同・メンタルヘルス分野・助教
・稲井 彩 同・メンタルヘルス分野・助教
・川瀬英理 同・メンタルヘルス分野・助教
・綱島三恵 同・メンタルヘルス分野・特任専門員
・大西晶子 同・留学生支援分野・准教授
・原田麻里子 同・留学生支援分野・講師
・伊藤圭子 同・留学生支援分野・特任講師
・若杉美樹 同・総合窓口・特任助教
・佐々木司 東京大学大学院・教育学研究科・教授

研究目的

大学生の抑うつ気分や不安緊張、睡眠障害などによる修学への影響や精神疾患の罹患が、COVID-19の蔓延によって一層深刻なものになっています。これに対して大学では学生相談所や保健センター精神科などによって個別の心理相談や精神科治療が行われていますが、さらなる支援が求められていると考えられます。さらに、学生だけでなく教職員のこころの健康度を高めることが大学にとって重要な課題と思われます。本研究では、大学の構成員である学生と教職員を対象にした低強度集団認知行動療法を開発し、その効果を統計的に検証することをひとつの目的としています。さらに、認知行動療法の手法に限定せず他の心理療法理論にもとづくアプローチについても、全ての構成員が気軽に受けることのできるグループプログラムを開発し、同様の手法で効果を検証することも目標としています。

私共は、本研究によって効果が検証された支援メニューを、既存の支援策に新たに加えることで、より多くの構成員にこころの健康度を高めるメリットを享受して頂けると期待しています。

研究方法

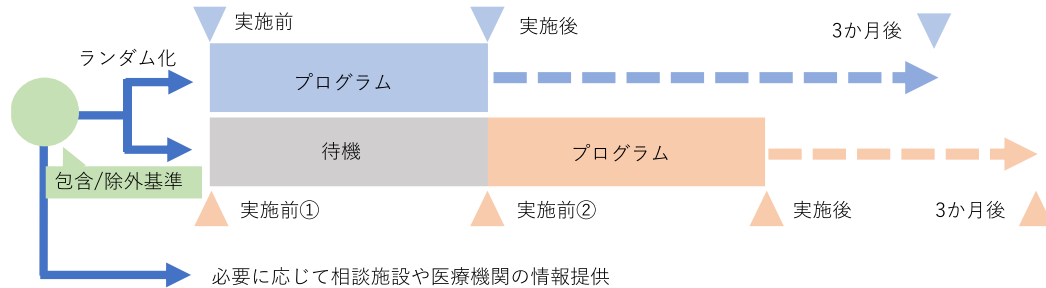
本研究の主な目的は、以下の5点があげられます。

- 1) こころの健康度に資する新しいグループプログラムを開発すること。
- 2) 同プログラムがどの程度有効かを検証すること。
- 3) 同プログラムの有効性に関係する要因を分析すること。
- 4) 同プログラムの有効性が3か月後も持続するかどうかを明らかにすること。
- 5) これらの結果から、新しく提案するグループプログラムのメリットを本学構成員に予め説明することが可能となり、サービスのさらなる向上に生かすこと。

本研究に参加して頂く皆様には、以下の手順で質問紙への回答やグループプログラムへの参加をお願いします。

- ・本研究の包含基準と除外基準に沿って研究に参加して頂けるかどうか判断させていただきます。そのために質問紙への回答と、必要があれば最大45分程度の面接を受けて頂きます。もし研究にご参加頂けないと判断された場合は、必要に応じて学内外の相談機関などの情報をお伝えします。
- ・グループプログラムの事前評価として幾つかの質問紙に回答して頂きます。質問紙には、不安や抑うつなどの指標や、プログラムの内容に沿った項目が含まれます。回答には20分程度を要します。
- ・グループプログラムの有効性を判定するために、プログラムを受けて頂く方と、一旦待機して頂き、1-2か月後に受けて頂く方にランダムに振り分けます。
- ・グループプログラムは、その種類によって1回30-60分で、全体で5-8回程度の時間がかかります。プログラムの内容は、心理教育や物事の考え方を点検するものが含まれます。待機される方も、受けて頂く内容は同じものです。
- ・グループプログラムに関する質問はいつでも可能です。また、途中で参加を取りやめる場合はお申し出下さい。
- ・プログラム終了時と終了後3か月時にプログラムの効果判定のための質問紙に答えて頂きます。いずれも回答には20分程度を要します。

質問紙は記名式で行いますが、研究者以外の者が回答の内容を知ることはありません。また、分析する前に氏名などを削りどなたのものか分からないようにいたします。



2. 研究協力の任意性と撤回の自由

この研究にご協力いただくかどうかは、あなたの自由意思に委ねられています。一旦ご同意いただいた後で、もし同意を撤回される場合は、同意撤回書に署名し下記の連絡先までご提出ください。なお、研究にご協力いただけないことで、あなたの不利益に繋がることは一切ありません。

一同意を撤回された場合には、質問紙の回答及び研究結果は破棄され、以後研究に用いられることはありません。ただし、以下の場合には同意を撤回しても情報を破棄することができませんのでご理解ください。

- ・調査の回答が完全に匿名化されて個人が特定できない場合
- ・すでにデータ解析が行われ、あなたの情報を分離して破棄することができない場合
- ・学会発表、論文投稿が既に行われている場合

3. 個人情報の保護

研究にあたってはあなたに不利益が生じないように個人情報の保護、プライバシーの尊重に努力し最大限の注意を払います。あなたの情報から氏名・住所・連絡先メールアドレスなどの個人情報を取り除き、代わりに新しく符号をつけ、あなたのものであることを分からないようにした上で（匿名化）研究に用います。あなたの個人情報を責任を持って厳重に保管します。

4. 研究成果の発表

研究の成果は、氏名など個人が特定できないようにした上で、学会発表や学術雑誌及びデータベース上等で公表します。

5. 研究参加者にもたらされる利益及び不利益

この研究が、あなたに即座に有益な情報をもたらす可能性は、現在のところ低いと考えられます。しかし、この研究の成果は、今後の本学構成員のこころの健康度向上に寄与するための重要な基礎的成果となることが期待されています。

一方、予想される不利益としては、本研究で取り扱うグループプログラムへの参加ができず必要な支援を受けられないというご懸念が生じるかもしれません。その際は、既存の支援サービスの情報を提供致しますのでどうぞご相談下さい。

6. 資料・情報の取扱方針

あなたから頂いた情報は匿名化した上で研究に用います。また、東京大学相談支援研究開発センターにおいて、この研究成果の発表後少なくとも10年間保存いたします。

提供していただいた貴重な情報はあなたの同意が得られた場合に限り、新たな研究のために、当機関で用いたり国内外の機関に提供したりする場合があります。現時点では、将来の研究目的を知ることができませんが、提供する場合には、あなたの情報であることがわからないようにして提供します。また、改めて東京大学倫理審査専門委員会の審査を受けた上で利用や提供を行います。

7. あなたの費用負担

この研究に必要な費用を、あなたが負担することはありません。また、この研究に参加していただいても、謝礼や交通費などの支給がないことをご了承ください。

8. その他

この研究は、東京大学倫理審査専門委員会において審査し、東京大学相談支援研究開発センター長の承認を受けて実施するものです。なお、この研究に関する費用は、東京大学の運営費交付金から支出されています。利害関係が想定される企業等で研究責任者や従事者あるいはその家族が活動して収入を得ていることはありません。ご意見、ご質問などがございましたら、お気軽に下記までお寄せください。

連絡先

研究責任者 渡邊慶一郎

東京大学相談支援研究開発センター

〒113-0033 東京都文京区本郷 7-3-1

Tel: 03-5841-0541/0542, E-mail: cbtws-team.adm@gs.mail.u-tokyo.ac.jp