

キャンパス・メンタルヘルスの現代的課題、その理念と実践 ～SRO運動の展開とトータルケア&サポートシステムの構築～

影山 任佐

(東京工業大学保健管理センター・大学院人間環境システム専攻 教授)

はじめに

キャンパス・メンタルヘルスの現在の三大課題とトータルケア&サポートシステム

以下本論では、筆者の現在の立場(注1)、さらには幾つかの報告書や提言等に委員長等として関わった立場から、これらを土台に、さらには拙論や拙著をまじえて、現在重要と思えるキャンパス・メンタルヘルスをめぐる基本的、包括的問題を論じ、現在筆者らが進めている運動、提唱に触れることにしたい。なお筆者自身は自殺、過労とス

トレス、ハラスメントが現在の我が国のキャンパス・メンタルヘルスの三大課題であると指摘してきており¹⁰⁾、この認識に立った実践を同僚たちと展開してきている。この主要三大課題は相互に因果的に関連したり、共通の問題構造から派生したりしており、問題解決には背景にある種々の構因、因果関連の分析とともに、個人レベルではきめの細かい対応、予防、介入、治療が必要である。これには筆者のかつて提唱した「トータルケア&サポートシステム」⁵⁾、がますます重要になってきたように思われる。このシステムを筆者が提唱した時、一九九六年という我が国において比較的早く大学における自閉症学生の問題と重要性を同時に論じ、指摘したように、さらに障害者学生支援に見

られるようにケアとサポートの一体化が不可欠である。また学内外の医療機関等との連携も不可欠である。この二点で「トータル」という言葉を当時は採用した。しかし、拙論^①でも指摘したように、教職員の過労・ストレスがキャンパス・ハラスメントを増大させ、ハラスメント被害者にストレス性精神障害などを発生させ、また教職員の学生に対するサポート機能を低下させたり、さらにはハラスメントが自殺の直接の原因となったり、教職員のサポート機能が低下を介して、間接的に、学生の自殺増大の要因にもなっている。教職員と学生のメンタルヘルス問題を一体化させる、このような意味での「トータル」、全体性、一元性の現代的意義と重要性がある。大学内外のケアとサポートのシステムをどのように構築し、連携させるのか、個別事例の診断と重症度などに応じて、これら各システム間のアセスメント、携わるマンパワーの評価など資源の有効な活用、有機的関連づけ、これらの資源の創出がこれからのキャンパス精神科医の診療活動には重要である。

キャンパス・メンタルヘルスにおいて、昨今大きく変化したのは、国立大学法人において、保健管理センターの精神科医等が産業医を担い、従来の学部生、院生等に加え、教職員も本格的に業務対象となり、大学全体が精神医療や

精神保健サーヴィスの対象となったことである。保健管理センターが病気の学生、学生の数%のみを対象としているという誤解が一部にあるとすれば、それは時代錯誤的と言わざるをえない。我々は教員として医療サーヴィス以外に、精神保健の全学的啓蒙活動、職員研修、学部生や院生の教育、研究という従来の全学的業務に加え、増大しつつある世界各国からの留学生、社会人院生など学生、研究生の構成人員がますます多様化するただ中で奮闘している。さらには筆者自身は「空虚な自己の時代」^②における「ポストのび太症候群」^③、「自己の病理（エゴパシー）の時代」^④、「自己確認型非行」などの鍵用語、概念を著書等^{⑤⑥⑦⑧}で提唱している。国際化、情報化時代の若者の心理と行動も大きく様変わりしているように思える。昨今社会問題となった我が国の大学生の薬物問題はこのような大学生、若者の心理と行動の時代的变化の反映でもある。

A. 「提言」^⑨をめぐって——『新大学革命 new academic revolution』の時代のメンタルヘルス——

我々が「メンタルヘルスからの高等教育への提言（二〇〇五）——大学法人化時代のキャンパスヘルス——」で分析したように、一九九一年の大学の「大綱化」以降の我

が国の高等教育の最近の急激な量的、質的な変化により、旧来の制度、組織、運営などの枠組みとの相当の摩擦、軋轢が生じてきている。法人化以降の国立大学法人において著しい。戦後間もない時期の学制改革以来の、二一世紀におけるこの大学の根本的変革は真に「新大学革命」と称すべきもので、その本質は「rowモデルでいうmass型大学からuniversal型への移行に求められる。少数エリート型大学から大衆型、全入型へと移行し、大学生自身もそのニーズも、多種多様化している。若者人口の減少に伴う学生獲得、競争的研究資金獲得など過度とも思える大学間、研究者間の競争の先鋭化など大学史上かつてない構造的「大ストレス」時代を迎えている。付言すれば、ストレス研究者Karasekの著書「¹³⁾なご」を読むと、学習理論モデル(Active Learning theory)について言及しているが、これは我が国の大学の中期計画などの目標設定などの理論的根拠の一つになったものと思われる。我々は競争原理や目標設定の根拠になっている理論を分析し、これらの実効性の功罪について科学的にきちんと批判的検討を加えるという基本的姿勢をもつ必要がある。

「提言」では教育・研究・学生(成長)支援が大学の三大支柱であること、学生支援担当の副学長の設置の必要性な

どを主張した。筆者は学生支援の基盤は健康支援であり、学生の精神的成長支援の基盤はメンタルヘルスにあることを信念としている。学生支援G.Pの運営委員会でもこの点を強調し、G.Pの募集要項や選考過程にこの領域をも取り込んだ形にして頂いた経過がある。

B. 最近急増しつつある学生自殺

大学をとりまく我が国の状況もメンタルヘルス的には最悪の状況にある。内閣府のある研究会において、このままでは現内閣は行財政改革で歴史に名を残すよりも、自殺急増時代を招いたと歴史的に断罪されるのではないかと、との懸念を表明した。年間自殺者数は遅まきながらの国の自殺防止策大綱の策定と実施にもかかわらず、一九九八年に三万人に急増したまま十年余り高止まりしたままで、現在まで推移してきている。自殺率(人口十万人当たりの自殺者数)二三、一日当たり約八五人が自殺している先進国第一位の自殺率である。そして国際的な金融危機の到来で、つかの間の好景気も吹き飛び、世界同時恐慌の様相を呈し、学生の就職難時代が遷延し、自殺率のより一層の悪化の懸念も消えない。

ところが若者の自殺はこの自殺急増時代でもせいぜい

微増程度にとどまり、とくに女性ではその増加傾向は殆ど認められない。大学生の自殺もこの傾向を一般には示しているし、一般人口の同世代よりも、この自殺者急増時代にあつてごく最近まで決して高くはないことを示す調査報告がなされてきた。しかし最近増大傾向を示している（学部学生男女あわせて一〇万人当たりの自殺率で、二〇〇〇年の約一〇から二〇〇六年度には約一五と増大傾向を示しつつあることが要注意と思われる）。一部の大学では、我々が入手した情報ではここ一、二年急増ないし群発現象が認められる。緊急の対策が必要である。一方、我々が文科省の協力を得て行っている国立大学法人の大学院生の全国調査^{二六}でも、同世代よりも自殺率は―特に男子院生は―一貫して低いものの（例えば平成一六年度は男女院生で約一二・六（一般青年約二〇程度）であるが、平成一八年度は約一四・三）増加傾向にあることが示唆されている。

このように、最近増大傾向を示し、一部大学では急増や群発し、緊急事態にあるとはいえ、大学生、とりわけ院生が一般青年に比較し、この自殺激増時代にあつても自殺率が近年においては従来低かったことは注目される^{二七}。この点触れられてこなかったと思われる点なので強調しておきたい。現代キャンパス、とくに国立大学法人におけるこの

自殺抑止、学生保護機能の内実を我々は明らかにし、これを強化することによってより有効な自殺防止が可能となることが期待される。大学における保健管理センターなどの学生の診療、支援機能も一つの要因になっているのかもしれない。我々は自殺防止に対し、決して絶望の淵に立たされていく訳ではない。ところで我々の予備的調査でも国立大学法人大学に自殺調査や防止のための委員会等が設けられているところは皆無に近く、大学におけるこの種の組織の創設と不幸にして死亡した学生等の実態調査に基づき、自殺防止対策、介入策の策定が緊急課題となつている。自殺者統出を放置したまま学生支援を言つても始まらない。

キャンパスの自殺問題対策で筆者が重要と思えることは自殺問題を決してメンタルヘルス問題のみに矮小化してはならないということである。学内の精神科医や心理士など専門スタッフにまかせきりにする問題ではなく、全学的な組織的問題として絶えずフィードバックしていく基本姿勢、基本的観点が重要である。ダムが決壊しているのを放置したまま下流で、医師として大事なこととはいえ、溺れる人の人命救助のみに専念するだけでは、真の根本的解決にはならない。大学におけるこのダム決壊の様相の一つが次に触れるキャンパス・ハラスメントと学生、教職員の過労・

ストレスである、と考えている。

C. ハラスメント^{二二二}

ハラスメントについての拙論^{二二}を土台に最近の拙論を含む知見をまじえて、基本的事項について精神科医の立場から以下論じるが、詳細は拙論を参照して頂きたい。

筆者は二〇〇四年一〇月大阪で開催された全国大学保健管理研究会シンポジウムにおいて精神科医の立場からの発言を求められ、この関連分野の文献を集め、用語や概念を整理し、ハラスメントの分類、研究、この防止対策についての基本的考えと新しい提案を行った。さらに同年一月に室蘭で開催された大学メンタルヘルス研究会において文献を補充し、発表を行った。その後、フランスの学会誌の特集号^二を読む機会を得て、ハラスメント研究、対策先進国の北欧、英米の文献に加え、従来我が国に紹介されることの乏しかったフランスの現状、とりわけ精神医学の学問的状况もこれによってある程度把握できた。

筆者の専門とする立場から「ハラスメント」について考察し、ハラスメント及び「いじめ」その類縁現象全体を包括的に見る新しい観点を提唱し、新しい分類的観点とこれに基づく対応法を提案した。類型別、問題別に区別化しな

がらもパワハラ、セクハラなどのハラスメントを包括的な現象として、項目^二との有無による布置的構造を明確にし、一元的、かつ発生からの段階に依じて捉え、対応するということ^二を筆者は一貫して提唱してきた。フランスの論文^二でも一元的理解という点では筆者同様の基本的立場が伺われて興味深い。また最近ではE-mailによる嫌がらせや脅迫といった computer harassment, computer-based harassment^二が注目されている。

ハラスメント(Harassment)は加害者の攻撃性や支配欲、性欲動、さらには被害者の心的外傷(PTSD)が絡む問題で、すぐれて精神医学的・心理学的問題である。また権力的支配構造という組織構成においてのみ発生する社会学的問題であり、さらには個人の権利侵害、人権侵害という法律学的問題でもあるという錯綜した事柄である。一方キヤンパス・ハラスメントの特徴は、事務職員を抱え一般企業同様のハラスメント問題が生じると同時に、教職員、学生をも含め、アカハラなど教育、研究に伴うハラスメントも生じうるという特殊性が付加される。また留学生など国籍、民族、宗教の異なった構成員が増大しており、差別などのハラスメントも生じうる。学生同士の間いじめ、飲酒強要のアルハラや性差別もありうる。つまりハラスメント

関連の事象がすべて起こりうるというのが大学である。さらには法人化以降一層強化された上意下達的な大学の権力のピラミッド構造、閉鎖的な研究室のボス教授独裁などというハラスメントの温床となりやすい組織、権力構造に加え、「大ストレス時代」の大学という時代的要因が重なり、我が国の大学はこの大学でも、次々と発覚する内部のハラスメントの対応に執行部は頭を痛め、ハラスメントが隠微な形で学内ではびこっていたことにいまさらながら驚き、当惑し、困惑しているのが実情であろう。またハラスメント対策についてもMITのホームページにあるように、紛糾や論争が現在も続いている問題である(MIT's harassment policy has long been a subject of controversy)。この問題が学内政争の道具となったり、人権侵害になったりしかねない側面を有していることに留意する必要がある。

キャンパス・ハラスメントの対策であるが、拙論を要約すると次のようなことになる。

(1) 大学組織外の対策

①文化・文明論的問題…個の独立性と文化、差別、偏見の皆無化 ②法制度の整備(フランスなどのように刑罰化、

法制化)(職場での) Bullying/mobbing 防止法 (Sweden 一九九三、Norway 一九九四)、仏(二〇〇二) ③専門クリニックの設置(北欧には存在)

(2) 大学組織内の対策

①差別、偏見の文化的背景、土壌の整備 ②大学独自の人権重視の宣言、憲章、規則の制定:教職員・学生の人権・権利宣言

(例えばマサチューセッツ工科大学(MIT): Dealing with Harassment at MIT (MIT home page) (Freedom of expression is essential in a university) ハラスメントは大学の根幹に関わる表現の自由の侵害との位置づけの重要性、さらにはMITでは「迅速で公正な苦情処理手続きを得る権利が原告(学生と従業員を含む)全員に与えられている」とし、苦情について迅速な処理を得ることが権利として認められている。わが国とは法意識など異なる面があるので、全面的にそのまま米国の制度がモデルとはならないまでも、参考にはなる。③被害者の保護 ④ハラスメント防止の啓蒙活動(何がハラスメントか合意の形成) ⑤組織全体の問題への取り組み、首脳理解と支援 ⑥相談、調査、調停等機関の設置(二次的被

害の防止) ⑦プライバシーの保護、上からの報復の阻止

⑧大学コミュニケーションにおける complaint system の整備

苦情相談の目的は問題のそのものの解決にある。このためには、①相談員の研修、情報交換、②治療等(専門外来)(加害者・個人的性格、傾向、治療・自己愛の問題、攻撃性の問題)、③状況因、環境調整、④被害者(関係者)のケア、skill training による被害者の対処能力の向上ハラスメント調停の基本は次の点にある。

①当事者同士が調停の必要を認める、②双方の代理人の選定、③その時までの双方からの事情聴取、④調停者は調停手続きに従って交渉、⑤双方の期待を緩和しながら要求を調和させる(調停は裁判と異なり一方的屈服というものはない)⑥法的合意、⑦被害者の精神的ケア、以上である。

筆者が現時点で重要と思えるのは以下の各点である。①教授などハラスメント加害者の啓蒙、研修、学生対応のスキル向上のための再教育・本学などの調査でもハラスメントは特定の研究科などに多発しているが、これには特定の少数教授の下で多発している実態が判明している。②大学独自のハラスメント問題を別項目として明示した憲章、人権宣言の制定・ハラスメントが憲法に保障された人権(表現の自由、働く権利、学ぶ権利など)を侵害するものとの

基本認識を明確にし、これら人権侵害に対して大学は確固たる反対と人権擁護を保証する具体的行動を起こしていることを、国際水準に照らした大学の良識、見識として内外に明確に示すべきであろう。③国内法の整備、ハラスメントの罰則を伴う法制化・ハラスメントは不本意な失職、退学、心的外傷など被害者に重大な不利益と障害をもたらす極めて悪質な行為であり、大学の自主的、民事的な対応には限界があることは既に露呈されている以上、犯罪行為類型として、刑法に組み入れるか、特別法として新たに刑罰の対象にし、司法警察等の介入可能なものにすべきである。諸外国には既にこのモデルが制度的にできているのである。

D. 過労とストレス…SRO運動の展開九二、一四一七

大学教職員のみならず、学生とくに医学系、理工系院生の過労とストレス対策は緊急課題である。我々は睡眠(Sleep)、休養(Rest & Recreation)、過労防止(Overtime work prevention)のキャンパスにおける重要性を認識し、「提言」でもその重要性を指摘し、他大学とともにこれらの頭文字をとったSRO運動と称する活動を展開中である。東工大では平成一六年度以降、毎年教職員、四年生以上の学部学生、院生全員を対象とした調査で、睡眠時間、

特集・メンタルヘルス①～一般教職員のための基礎知識～

在室時間、ストレス度、喫煙、飲酒量の調査とストレスと睡眠時間、在室時間などとの関係を分析し、キャンパス・メンタルヘルス対策のための基礎的資料とし、問題点について学長通達などの介入を行い、一定の成果を挙げつつある。平成一六年以降四年間の調査結果を産業医、学医の立場から二〇〇八年にまとめ、学長など大学役員や事務局長、人事課長や学内委員会等に緊急報告と説明を行い、その総括的報告を公表した二二七。

その結果の一部であるが、ストレス度からは事務職員の約二割、教員、学生の約一割がハイリスク群であることが判明した。ストレス度は研究のコントロール（裁量）度とは負の、心理的負荷度とは正の相関をもっていた（図一）。仕事の満足度は教員が一番高く、次いで学生で、事務職員の満足度が一番低く、逆にストレス度、疲労度、抑うつ度などは教員より有意に高いことが判明した。高い満足度はストレス度を約三割減少させている。また教員、学生では研究の心理的負荷度が高く、裁量度が高いほど満足度が高いことが判明した。学部四年、修士、博士課程では博士課程が一番満足度が高く、修士学生は教員や博士に比較し有意に満足度が低かった。教員、学生のストレス対策では研究の裁量度を高めることが重要であり、これが満足度を高

め、ストレス度も低下させる。在室時間の長さはストレス度とは正の、睡眠時間とは負の相関を示した。とりわけ重要なことはストレス度において学生は教員よりも一・五倍有意差をもって高いことである（図二）。我々はこれをストレスにおけるProfessor-Student gap (P-S gap) と名付けた。このストレス感受性の違い、同じ状況下で教員よりも学生の方がストレスを一・五倍強く感じることを認識

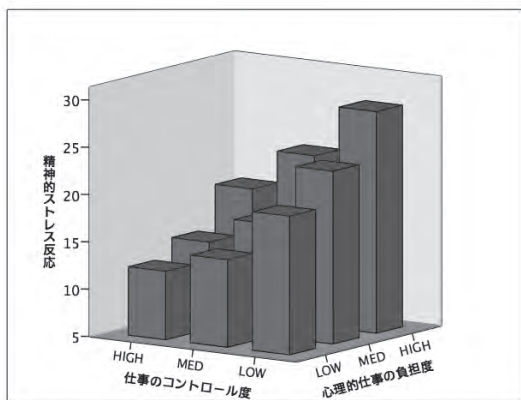


図1：裁量度、負荷度とストレス度（影山、安宅；二〇〇八）

教員と学生（全体）—精神的ストレス反応スコアと在室時間
(H16-19：学生 n=7775, 教員 n=1259)

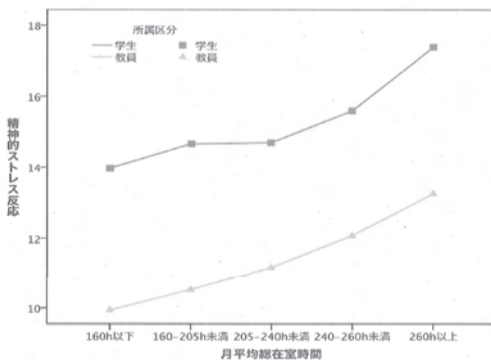


図2：P-S gap (影山、安宅；二〇〇八)

することが、アカハラ等のハラスメント抑止につながるものと考えている。ストレス、過労死問題はこのように大学の特殊事情があり、防止のための大学独自の基準作りが重要となる^{二二四}。

やこうじ： Quality of Campus (Academic) Lifeの構築をめざして^{二〇}—Empathy Based Mental Health (「共感に基づく精神保健」)の提唱—

「教官とは共感である」と書いたことがある。さらには、「空虚な自己」の時代^{二一}、対人関係が希薄な現代にあつては、拙著などで強調したように「人が人と向き合う」ことの意義と重要性はますます大きくなってきている。精神療法やカウンセリングのみならず、教育の現代的意義はこの「人が人と向き合う」ということに尽きる、と思う。精神医学はすぐれて複眼的思考、多次的アプローチが求められる分科である、と思う。Jaspersがその古典的名著において、冒頭に述べているように「精神医学の実施に行われることは、いつも一人一人の人間全体(einzeln ganze Menschen)を問題とすることである」という。この全体性へのこだわりを保障するのが、複眼的、多次的アプローチであろう。マクロとミクロ、説明と了解、解釈、研究・調査と治療、予防、自然科学と精神科学が、手を携えて、共に進んでいく必要がある。それにはEvidence、Ethics、Empathyが基盤となる。つまり三種のEBMであり、その中心がEmpathy Based Mental Health (Psychiatry、Medicine)

である。ただし、共感とは「人が人と向き合う」精神療法の構造と人間存在そのものに根ざしている。

注1：全国大学メンタルヘルス研究会・会長、国立大学法人保健管理施設協議会副会長、同メンタルヘルス委員会委員長

参考・引用文献（主なものに限定した）

- 1) Bourgeois ML: Le harcèlement, nouvel enjeu (psycho-judiciaire) des relations humaines. *Annales Médico-Psychologiques*, 162(7) : 550-553, 2004
- 2) Jonas C: Les aspect medico-legaux du harcèlement. *Annales Médico-Psychologiques*, 160: 569-573, 2002
- 3) 影山任佐：「空虚な自己」の時代。NHKブックス、東京、一九九〇
- 4) 影山任佐：自己を失った少年たち。講談社選書メチエ、東京、二〇〇一
- 5) 影山任佐：自閉症の学生。国立大学等保健管理施設協議会編：「学生と健康」pp.二六八—二六九、二〇〇一（改訂第二版）、一九九六（初版）
- 6) 影山任佐：（分担）：青年期の自殺：生きる力の再生—大学生を中心に。自殺企図：その病理と予防・管理（樋口輝彦編）pp.一九—三三、弘文堂、東京（二〇〇三）
- 7) 影山任佐：「産業人予備軍」のメンタルヘルス。産業人メンタルヘルス白書二〇〇四年版、pp.三五—五二、社会経済生産性

本部（二〇〇四）

- 8) 影山任佐：ハラスメント—その基本理念と実践的分類—。こころの科学一二二（七）：六一—五、二〇〇五
- 9) 影山任佐：キャンパス・メンタルヘルス産業医事始め：基本的問題と今後の課題—「SRO（スロー）運動」の提唱、その理念と実践—。第二六回全国大学メンタルヘルス研究会報告書 六八—七一、二〇〇五
- 10) 影山任佐：Quality of Campus (Academic) Life の構築をめざして—Empathy Based mental Health（「共感に基づく精神保健」）の提唱—。平成一八年度学生支援合同フォーラム・第二八回全国大学メンタルヘルス研究会報告書—「現代の大学メンタルヘルスのあり方—」。pp.九二—九四（二〇〇七）
- 11) 影山任佐：SRO運動の展開—実証的データに基づく大学における総合的ストレス対策、過労防止対策の具体的目標設定と介入方法の提言と基準作りに向けて—。独立法人日本学生支援機構・国立大学法人九州大学等編：メンタルヘルス研究協議会平成二〇年度報告書。pp.一—一七、二〇〇九
- 12) 影山任佐：罪と罰と精神鑑定。集英社、東京、二〇〇九
- 13) Karasek R, Theorell T: Healthy Work: Stress, Productivity, and the Reconstruction of Working Life. Basic Books, New York, 1992.
- 14) 川人 博：キャンパスにおける過重労働とハラスメントをなくすために—大学における基準作りに向けて—。独立法人日本学生支援機構・国立大学法人九州大学等編：メンタルヘルス研究協議会平成二〇年度報告書。pp.一八—二八、二〇〇九

- 15) メンタルヘルス研究協議会運営委員会・国立大学法人保健管理施設協議会メンタルヘルス委員会…メンタルヘルスからの高等教育への提言(二〇〇五)―大学法人化時代のキャンパス・メンタルヘルス―、二〇〇五
- 16) 安宅勝弘・影山任佐(班長)・ほか…大学院における休学・退学・留年学生に関する調査報告書―第五報(平成一八年度集計結果)―、二〇〇八
- 17) 安宅勝弘・影山任佐・ほか…教職員および学生を対象としたストレス状況調査について―国立大学法人化以降4年間のデータから、Campus Health 四六(二) pp. 一〇〇―一〇五、二〇〇九