アスリートのメンタルヘルスに関する知識・態度の差異が生じる要因の調査および態度変容を促す方法の検討

松本　瑞希（筑波大学）

１．目的

近年、著名なアスリートによるメンタルヘルスに関する問題の情報発信は、その問題のアンチスティグマ活動に、重要な役割を果たすとされている（小塩ら，2020）。しかし日本では、アスリートや一般の人々が抱えるメンタルヘルスの問題に、社会の人々が示す態度の特徴や差異を生む要因は、検討が限られている。

そこで本研究では、アスリートのメンタルヘルスの問題に対して、人々が持つ知識や態度の現状と、それらを規定する要因および、アスリートのメンタルヘルスの問題に関する情報提示が、人々の持つ問題への態度に与える影響を明らかにすることを目的とした。

２．方法

【研究Ⅰ：横断的な調査研究】

１）対象者：体育会運動部に所属する、または所属しない大学生および大学院生の合計 163 名（女性 80 名、男性 83 名、平均年齢 21.0±1.89 歳）。

２）調査方法：オンライン調査にて、1）メンタルヘルスの問題に対する態度を評価する Link スティグマ尺度日本語版（下津ら，2006）、2）自作のアスリートのメンタルヘルスに関する態度尺度をはじめとする質問項目の回答を求めた。

３）分析方法：階層的重回帰分析および媒介分析を行い、尺度を規定する要因を検討した。

【研究Ⅱ：実験デザインを用いた短期介入研究】

１）対象者：A 大学硬式庭球部 32 名（女性 15 名、男性 17 名、平均年齢 20.2±1.43 歳）。

２）調査方法：対象者を無作為に知識介入群（専門家による教育目的の動画の提示）、態度介入群（アスリートの体験談が記されたインタビュー記事の提示）、対照群（会話形式の方言講座の動画の提示）に分類し、対象とする動画や資料を視聴・閲覧させた。その前後で、研究Ⅰで用いた尺度に回答させた。

３）分析方法：群×時期の二要因混合計画による分散分析を行い、メンタルヘルスに関する知識と態度の変化を各群間で比較した。

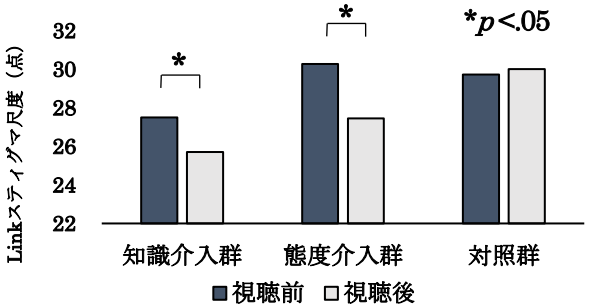
３．結果と考察

１）研究Ⅰ：横断的な調査研究

研究Ⅰの結果、アスリートのメンタルヘルスに関する知識が態度に正の関連性を（p<.05）、知識が態度を介し Link スティグマ尺度と負の関連性を示した（p<.01）。そのため、アスリートのメンタルヘルスに関する知識が態度に影響し、一般的なメンタルヘルスのスティグマを抑制するという関係性が推測された。

２）研究Ⅱ：短期介入研究

研究Ⅱの結果、Link スティグマ尺度において、交互作用が有意傾向（p=.073）であり、知識介入群と態度介入群に時期の単純主効果が認められた（ps<.05）。そのため、アスリートのメンタルヘルスに関する情報を見聞きすることは、一般的なメンタルヘルスへの態度の肯定的な変容に寄与することが推測された（図）。



図．群と時期を独立変数とした分散分析の結果

４．結論

本研究の結果、専門家による知識の提供（知識介入）や、当事者のアスリートとの間接的な接触（態度介入）は、アスリートや一般的なメンタルヘルスの問題へのスティグマ抑制に有効な方法であると期待される。