

最 終 試 験 の 結 果 の 要 旨

神奈川歯科大学大学院歯学研究科 抗加齢歯科医学講座 菅谷 洋子 に
対する最終試験は、主査 吉田 和市 教授 、副査 市邊 義章 教授 、
副査 山本 龍生 教授 により、論文内容ならびに関連事項につき口頭試問を
もって行われた。

その結果、合格と認めた。

主 査 吉田 和市

副 査 市邊 義章

副 査 山本 龍生

論 文 審 査 要 旨

女子看護学生における睡眠時間と精神健康状態、抑うつとの関係
～ストレスコーピングと自己効力感が両者の関係に及ぼす影響～

神奈川歯科大学大学院歯学研究科

抗加齢歯科医学講座 菅谷洋子

(指 導：高橋 俊介)

主 査 吉田 和市 教授

副 査 市邊 義章 教授

副 査 山本 龍生 教授

論文審査要旨

女子看護学生の精神健康状態・抑うつと睡眠時間やストレスコーピング・自己効力感に有意な関係があることを示した論文である。さらに、睡眠時間から精神健康状態・抑うつへの経路にストレスコーピングと自己効力感が影響を及ぼさないことを明らかにし、抑うつへの経路にのみ平日の睡眠時間と自己効力感が独立して抑うつに影響を及ぼし、認知的再解釈と自己効力感が精神健康状態に影響を及ぼしていることを明らかにした論文である。

精神健康状態・抑うつと睡眠時間の関連、精神健康状態・抑うつとストレスコーピングの関連、精神健康状態・抑うつと自己効力感の関連についての報告はみられているが、睡眠時間やストレスコーピング・自己効力感を同時に調査し、その関係や影響を確認した報告はされていない。本研究は、女子看護学生を対象として、睡眠時間と精神健康状態および抑うつとの関連を検討し、さらに睡眠時間から精神健康状態および抑うつへの経路が存在する場合にストレスコーピングや自己効力感がそれらの関係に影響するか否かを横断研究によって確認することを目的としている。明確で新規性がありかつ臨床的にも有意義な研究目的を有していると評価した。

研究方法は、調査対象を女子看護学生2年生169名とし、調査期間は実習期間や試験期間でない平成26年1月から2月とした。質問紙は精神健康調査票として日本版GHQ28、抑うつ測定尺度として日本版CES-D、一般コーピング質問紙としてGCQ、自己効力感の測定尺度として特性的自己効力感尺度、独自に作成した睡眠時間調査書を用いている。また、分析は各尺度の記述統計と相関分析、精神健康状態（GHQ28）と抑うつ（CES-D）を各々従属変数とした重回帰分析を行っている。なお本研究の方法は、文献や既存の方法に基づいており妥当なものであり、統計手法にも問題は無く、結果の記載にも飛躍はなく適切であることを確認した。

質問紙の有効回答数は145名、平均年齢は20.3歳であった。女子看護学生の精神健康状態・抑うつと睡眠時間・ストレスコーピング・自己効力感との相関関係については、精神健康状態（GHQ28）と認知的再解釈（嫌悪的な出来事に直面したとき、それを良い方へ考え直したり、自分にプラスになることを探そうとするコーピング）・自己効力感・平日の睡眠時間に相関関係がみられている。抑うつ（CES-D）と問題解決・認知的再解釈・情緒的サポート希求（嫌悪的な出来事に直面した時、人とのかかわりの中で自分の気持ちを落ち着かせようとするコーピング）・自己効力感・平日の睡眠時間に相関関係がみられたこと、自己効力感と問題解決と認知的再解釈、情緒的サポート希求にも相関関係がみられたことを明らかにしている。

精神健康状態・抑うつとストレスコーピング・自己効力感との関連では、認知的再解釈と自己効力感の使用頻度を高くすることによって、精神健康状態の維持向上をはかることができる可能性、自己効力感の向上で抑うつ予防や改善をはかることができる可能性が示唆されている。また、睡眠時間から精神健康状態・抑うつへの経路に、平日の

睡眠時間と自己効力感が独立して抑うつと関連することを明らかにしている。本研究により、睡眠時間やストレスコーピング・自己効力感の関係や影響が明確になり新しい知見を得ることができている。

また、本研究は横断的研究であるため、今後睡眠に関する実験的研究や縦断的研究、ストレスコーピング(認知的再解釈)や自己効力感に関するコホート研究等を行い、精神健康状態への影響や改善・維持・促進の方法を明らかにする必要性が示唆されている。今後発展させていく方向性も示されており、研究の発展により臨床への貢献も期待され、臨床的にも有意義な研究である。

本審査委員会は、すべての教育課程を修了し、教育理念に相当しい成果が認められ、高度専門職としての豊かな学識を有すると判定した。

さらに本論文によって得られた新しい知見は、研究の発展により臨床への貢献も期待できるものであり、申請者が博士(学術)の学位に十分値するものと認めた。

本審査委員会は申請者が博士(学術)の学位に十分値するものと認めた。