

SR その他 (受刑者)

文献

Auty KM, et al : A Systematic Review and Meta-Analysis of Yoga and Behavioural Functioning.
Int J Offender Ther Comp Criminol. 2017 May;61(6):689-710. PubMed ID:26320031

1. 背景

ヨガや他のマインドフルネスをベースにした瞑想技法のような補助療法は精神的な幸福感と受刑者の生活の質全体、とりわけ標準的処遇プログラムに参加したくない受刑者に対して好ましい効果があると広く思われているが、それらの効果の本質はよく理解されていない。

2. 目的

システマティックレビューと2つのメタアナリシスから、刑務所ヨガと瞑想プログラムが有意に受刑者の精神的な幸福感を増大させ、行動機能を向上させることに関連するという結果が得られたことを示す。

3. 検索法

The databases Medline, PubMed, Web of Science, Embase, the Cochrane of Database of Systematic Reviews, the Campbell Library, the Centre for Reviews and Dissemination, Health Systems Evidence, the Evidence for Policy and Practice Information and Co-ordinating Centre evidence library, PsycINFO, Allied and Complementary Medicine Database(AMED), Zetoc, Applied Social Sciences Index and Abstracts(ASSIA)を使って、prison, incarcerated, jail に、yoga, mindfulness, meditation, Vipassana を組み合わせ、2014年12月まで検索。研究デザインやサンプルサイズ、発表言語は制限せず。

4. 文献選択基準

投獄された犯罪者が参加者、ヨガやマインドフルネス瞑想、ヴィパッサナー瞑想から成る介入、心理的にも行動的にも興味のある結果を示す研究。戦争捕虜の研究調査は除外した。

5. データ収集・解析

23の出版物から24の研究調査がシステマティックレビューに含まれ、13の研究調査がメタアナリシスに含まれた。

6. 主な結果

326論文から、24論文がシステマティックレビュー、13論文がメタアナリシスに含まれた。刑務所の中でヨガもしくは瞑想プログラムを終了したものは、わずかに彼らの精神的幸福感が向上し(Cohen's $d=0.46$, 95%CI=0.39, 0.54)、わずかに行動機能が向上した(Cohen's $d=0.30$, 95%CI=0.20, 0.40)。調整分析(moderator analysis)では、短期間で高強度のプログラムと比較すると、より長い継続期間で低強度のプログラムの方が精神的な幸福感に対しての効果に有意差があったこと、集中的なプログラムと比較して($d=0.418$)、長期間のプログラムの方が僅かながら行動機能への好ましい効果($d=0.424$)があったことを示唆した。

7. レビュアーの結論

全体的に見て、このシステマティックレビューとメタアナリシスからの結果は、刑務所でのヨガと瞑想プログラムは参加者の精神的な幸福感と行動機能に対していくらかの肯定的な利点があることを示した。さらに、行動機能($d=0.30$)に比べて、精神的な幸福感(Cohen's $d=0.46$)の方が効果が大きいことを明らかにした。

山本 亜子 岡 孝和 2016年10月21日