

科学研究費助成事業 研究成果報告書

令和元年6月5日現在

機関番号：22604

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2015～2018

課題番号：15K01659

研究課題名(和文) 精神障害をもつ当事者対象ワークライフバランス向上プログラム効果評価システムの構築

研究課題名(英文) Construction of evaluation system of the work-life balance improvement program for mental health service users

研究代表者

谷村 厚子 (TANIMURA, Atsuko)

首都大学東京・人間健康科学研究科・准教授

研究者番号：70315761

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,500,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、ワークライフバランス尺度を5件法に改訂し、87名の精神保健サービス利用者を対象に調査を実施して、その妥当性・信頼性・適合度の向上を確認できた。因子分析では因子は4因子が生成され、因子分析結果は調査データに適合していると判断された。その後、人間作業モデルを理論的背景に、集団地域作業療法プログラムと当事者参加型アクションリサーチを融合した結果、ワークライフバランス向上プログラムとして整備発展させることができた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

海外で実施された当事者参加型のアクションリサーチでは、サービス・プログラムの有用な評価、改善、開発といった成果を上げているが、作業療法の理論を用いた研究はされていない。本研究では、我が国の作業療法で馴染みのある人間作業モデルを理論的背景として用い、精神障害をもつ当事者を対象として、我が国で定義された「ワークライフバランス」向上を目指したプログラムを整備発展させ、その効果評価システムを構築する点で意義があると思われる。

研究成果の概要(英文)：We revised the work-life balance scale to a five-point scale, and could confirm improving validity, reliability, fitness of it by surveying 87 mental health service users. Four factors were formed through factor analysis and we interpreted the results of the factor analysis fit the research data of the scale. Then, as a result of merging a community-based group occupational therapy and a participatory action research, following the Model of Human Occupation, we could prepare and develop it as a work-life balance improvement program.

研究分野：作業療法学

キーワード：精神保健 モデル ワークライフバランス 尺度 地域 作業療法プログラム アクションリサーチ 人間作業

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

我が国では、社会全体の労働力不足の深刻化、生産性の低下、活力の衰退、少子化の急速な進行、地域社会のつながりの希薄化から、目指すべき社会の姿として、「国民一人ひとりがやりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たすとともに、家庭や地域生活などにおいても、子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて多様な生き方が選択・実現できる社会」と定義される仕事と生活の調和（ワークライフバランス）憲章を掲げた¹⁾。仕事と生活の調和が実現した社会では、「就労による経済的自立」「健康で豊かな生活のための時間の確保」「多様な働き方・生き方の選択」が可能であるとされており¹⁾、メンタルヘルスの問題を改善する、あるいは、問題の生起を予防するためにも重要な事柄であると考えられる。

しかし、精神障害をもつ当事者は、その症状と障害のためにワークライフバランスを保つことが困難であり、たとえ症状や障害が続いたとしても、人生の新しい意味や目的を見出し、充実した人生を生きていくプロセスであるリカバリー²⁾を促進する方略が必要となる。

ところで申請者は、先行研究として、人間作業モデル (Model of Human Occupation: MOHO)³⁾を背景とした、精神障害をもつ当事者が望む生活をするための方略を系統的・構造的に学びあえる集団作業療法プログラムを実施している。本プログラムは、地域在住の当事者を対象に、心身を健康に保つためのダイエット(食事と運動)、家事、楽しみ、リラックスの仕方といったテーマのセッションで、講義を受け、集団で話し合い、実践するものであり、リカバリーの促進に有用である^{4,5)}。また続いて当事者参加型アクションリサーチの手法⁶⁾を用い、精神障害をもつ参加当事者のリカバリーを促進しワークライフバランスを改善する⁷⁾とともに、5 因子、適合度 $df=131$ 、 $P=0.07$ の有用なワークライフバランス尺度を開発した⁸⁾。開発されたワークライフバランス尺度は、構成概念妥当性と測定鋭敏性の向上を目指して改訂されたため、サンプル数を増加して全国で幅広く調査を実施し、信頼性、妥当性、適合度をさらに検討する必要が生じた。また、集団作業療法プログラムとそのアドバンスプログラムとして実施可能な当事者参加型アクションリサーチ⁸⁾は、参加当事者のリカバリー²⁾を促進しワークライフバランスを改善する手法として有用であるため、その発展と普及が望ましいと考えられた。

アクションリサーチは、質的研究の形態の1つであり、その定義には以下の重要な点が含まれている。第1は現場の人たちも研究に参加する「参加型」の研究、第2は現場の人たちとともに研究作業を進めていく「民主的な活動」、第3は学問的な成果だけではなく、「社会そのものに影響を与えて変化をもたらす」ことをめざす研究活動という点である⁶⁾。研究に参加し活動する「現場の人」が、当事者を支援する専門職だけではなく当事者自身であったならば、リカバリー²⁾の促進に大いに寄与するものと考えられる。また、アクションリサーチの有力な方法論の1つであるソフトシステム方法論 (Soft Systems Methodology: SSM) は、当事者が問題と思われる状況に改善をもたらすために、その状況にかかわっている人々のあいだに、原則として終わることのない学習サイクルを活性化させる⁹⁾。海外で実施された当事者参加型のアクションリサーチでは、「当事者と研究者・サービス提供者の協働関係の構築」「参加者の参加型経過の経験」「サービス・プログラムの有用な評価、改善、開発」といった成果を上げているが、精神保健福祉サービスの利用者が参加当事者である研究は比較的少ない¹⁰⁾。我が国では、そもそも「研究」として発表されているものが少ない。

本研究の理論的背景には、人の日常活動の組織化を説明するモデルである MOHO³⁾を活用する。このモデルは、人の生活を「意志(volition)」「習慣化(habituation)」「遂行能力(performance capacity)」「環境(environment)」からなる開放システムと捉えている。ワークライフバランスの向上を促進するには有用な理論である。

2. 研究の目的

本研究では、ワークライフバランス尺度改訂版の妥当性・信頼性・適合度向上後、集団作業療法プログラムと当事者参加型アクションリサーチをワークライフバランス向上プログラムとして整備発展させ、その普及とともに、ワークライフバランス尺度を加えた一連のプログラム効果評価システムとして構築することを目的とする。

3. 研究の方法

(1) ワークライフバランス尺度の精度(信頼性、妥当性、適合度)の向上

(1-1) 精神保健サービス利用者を対象とした5件法ワークライフバランス尺度の因子妥当性の検討

プログラム効果を測定するために、尺度の感度を改訂する必要があり、先行研究の項目を用いて新たに5件法のワークライフバランス尺度の信頼性と因子妥当性を検討することとした。

対象者: 精神科を受診し服薬して症状が安定している精神保健福祉医療サービス利用者のうち、本研究協力に同意を得られた男性50名、女性37名、計87名。平均年齢は、 49.3 ± 11.9 歳であった。

手続き: 使用した調査用紙は、基本情報を記入するフェースシート、ワークライフバランス尺度(26項目、「1: ぜんぜんできていない」「2: わずかにできている」「3: 少しできている」「4: かなりできている」「5: 非常にできている」の5件法)であった。

分析方法：信頼性(内部一貫性)、因子妥当性、適合度を検討するために、クロンバックの係数による分析、因子分析を実施した。

研究倫理：首都大学東京荒川キャンパス研究安全倫理委員会の承認(No.14100)を得て実施された

(1-2) 精神保健サービス利用者を対象とする5件法ワークライフバランス尺度の経時的変化の検討

プログラム効果を敏感に測定するために、精神保健サービス利用者を対象として、本尺度の経時的変化を検討した。

対象者：精神科を定期的に受診している精神保健福祉医療サービス利用者のうち、本研究協力に同意を得られた男性43名、女性34名、計77名、平均年齢は、 48.2 ± 12.78 歳であった。

手続き：経時的に測定するために、約1ヵ月半の期間をあけて3回調査を実施した。1回目は、基本的情報、現在困っていること、うまくいっていることを記入する「フェースシート」(自由記述形式)とワークライフバランス尺度(26項目、「1：ぜんぜんできていない」「2：わずかにできている」「3：少しできている」「4：かなりできている」「5：非常にできている」の5件法)を使用した。2、3回目は、ワークライフバランス尺度と最近変わったこと、現在困っていること、うまくいっていることを記入する「変化があった事項の記入用紙」(自由記述形式)を使用した。調査実施会場は研究協力施設内とし、1回の質問紙記入に要する時間は10~30分程度であった。

分析方法：3回の調査の尺度得点の差を検討するために、Friedman検定と多重比較を実施した。

研究倫理：本研究は、首都大学東京荒川キャンパス研究安全倫理委員会の承認(No.14100)を得て実施された。

(2) ワークライフバランス向上プログラムの整備と効果評価システムの構築

先行研究¹⁻³⁾から3ヶ月で実施可能なワークライフバランス向上プログラムを検討し整備し、効果評価システムを構築することとした。前半の1.5ヵ月をMOHO³⁾を背景とした、精神障害をもつ当事者が望む生活をするための方略を系統的・構造的に学びあえる短期版地域集団作業療法プログラムとし、後半の1.5ヵ月を同様にMOHO³⁾を理論的背景としてアクションリサーチの有力な方法論の1つであるソフトシステム方法論(Soft Systems Methodology: SSM)⁹⁾を利用し、下記のSSMのステージ7まで実施することとした。

ステージ1	現実の問題状況	ステージ5	モデルと現実の比較
ステージ2	表現された問題状況	ステージ6	実行可能で望ましい改革案
ステージ3	関連システムの根底定義	ステージ7	問題状況を改善するための行為
ステージ4	概念活動モデル		

(3) プログラムの実施と効果評価システムの有用性の検討

地域集団作業療法プログラムと当事者参加型アクションリサーチを融合させ、ワークライフバランス尺度を加えた一連のプログラム効果評価システムの効果について検討した。

対象者：精神科を定期的に受診している精神保健福祉医療サービス利用者のうち、本研究協力に同意を得られた男性2名、女性1名であった。

手続き：本研究で整備し構築されたワークライフバランス向上プログラムを週1回、全12回約3ヶ月実施した。事前と事後に自己評価としてワークライフバランス尺度¹¹⁾、WHO QOL26；WHO Quality of Life 26¹²⁾、OSA；Occupational Self Assessment：作業に関する自己評価¹³⁾、GAS；Goal Attainment Scale：ゴール達成スケール¹⁴⁾、他者評価としてLASMI；Life Assessment Scale for the Mentally Ill：精神障害者社会生活評価尺度¹⁵⁾、MOHOST；Model of Human Occupation Screening Tool：人間作業モデルスクリーニングツール¹⁶⁾を実施した。中間(1.5ヶ月後)に、自己評価のワークライフバランス尺度、WHO QOL26を実施した。また、実施群の集団プログラム参加中の発言や行動を匿名化して研究者がフィールドノートに記録した。

分析方法：参加者の人数が、統計検討できるまでに至らなかったため、主に参加者のプログラム参加中の発言や行動を記録したものを元に学習成果を記述し、それぞれの学習がいつどこでどのように起こったか、その学習過程を質的に分析した。

研究倫理：本研究は、首都大学東京荒川キャンパス研究安全倫理委員会の承認(No.17066)を得て実施された。

4. 研究成果

(1) ワークライフバランス尺度の精度(信頼性、妥当性、適合度)の向上

(1-1) 精神保健サービス利用者を対象とした5件法ワークライフバランス尺度の因子妥当性の検討

ワークライフバランス尺度項目の信頼性分析の結果、クロンバックの係数は0.90となり、項目の信頼性(内部一貫性)は高いことが明らかになった。適合度検定の結果は、df=101、P=0.95となり、因子分析結果がデータに適合していると判断された。さらに、初期解の推定には一般化した最小2乗法、回転は直接オブリミン法を用いて因子分析を実施した。検討後、因子数を4因子に決定し、「第1因子：社会とつながること」「第2因子：金銭の管理」「第3因子：体調の管理」「第4因子：人づきあいの秘訣」と命名した。累積寄与率は、46.2%であった。今回の5件法を用いた尺度の因子構造は、前回の4件法を用いた尺度の因子「第1因子：人づきあいの維持」「第2因子：能力の向上と最大限の発揮」「第3因子：生活の維持と向上」「第4因子：生産的活動技術の向上」「第5因子：積極的な勉強」に比べてより明確になった。標本数が少ないにもかかわらず、尺度の信頼性、因子妥当性は概ね確保されていた。一方で、因子分析後に7項目が除外項目となり、標本による因子の変動も考えられることと、さらに項目の調整が必要である。今後は、対象者数を増加し、精神保健福祉医療サービス効果の測定について研究する必要があると考えられる。

(1-2) 精神保健サービス利用者を対象とする5件法ワークライフバランス尺度の経時的変化の検討

対象者の疾患は、統合失調症(27名)感情障害(15名)神経症性障害(10名)等であった。現在困っていることは、1回目51名、2回目50名、3回目42名の記述があった。ワークライフバランス尺度得点のFriedman検定と多重比較の結果は、以下の通りであった。()内にp値と効果量rを示す。項目3「上手に力を抜く」において、2回目の得点が1回目の得点より(p=0.036、r=0.26)、3回目の得点が1回目の得点より(p=0.024、r=0.28)有意に向上した。項目19「わからないことを調べる」において、2回目の得点が1回目の得点より有意に向上した(p=0.018、r=0.28)。

ワークライフバランス尺度の項目3では回を重ねるに従って得点が向上したが、項目19では2回目に得点が向上した後、3回目にはほとんど変化しなかった。以上より、ワークライフバランス尺度のこれらの項目が対象者の変化を敏感に捉えている可能性が示唆された。今後は、因子分析を実施し、各因子の経時的変化についても検討する必要があると考える。

(2) ワークライフバランス向上プログラムの整備と効果評価システムの構築

表2のように地域集団作業療法プロ

表1 ワークライフバランス尺度の各項目の因子負荷行列 (n=87)

項目	第1因子	第2因子	第3因子	第4因子
第1因子：社会とつながること				
Q 7 外に出かける、または外の空気を吸う	0.80	-0.19	-0.02	0.11
Q19 わからないことを調べる	0.79	-0.11	0.21	-0.01
Q 2 こちら側からあいさつする	0.51	-0.12	-0.18	-0.02
Q15 就労に向けて訓練する	0.50	0.16	-0.12	-0.06
Q14 作業所、支援センター、デイケア、学校、職場などに通う	0.47	0.04	-0.09	-0.03
Q17 講習会などに出席して勉強する	0.44	0.04	-0.08	-0.17
第2因子：金銭の管理				
Q10 お金の貸し借りはしない	0.05	0.58	-0.34	0.01
Q24 趣味を持つ	0.20	-0.57	-0.21	-0.20
Q 4 お金を大事に使う	-0.04	0.56	-0.08	-0.35
Q25 皆とお茶を飲む	0.15	-0.43	-0.24	-0.23
第3因子：体調の管理				
Q 1 早寝早起きをする	0.16	-0.03	-0.71	0.23
Q23 寝れを取るために寝る	-0.21	-0.04	-0.69	-0.23
Q 9 バランスの良い食事をする	0.11	0.15	-0.66	0.05
Q11 自分なりに歩くことや運動を生活に取り入れる	0.25	0.05	-0.45	0.02
Q12 さわやかな笑顔であいさつする	-0.02	-0.36	-0.41	-0.34
第4因子：人づきあいの秘訣				
Q 3 上手に力を抜く	-0.07	-0.12	-0.03	-0.64
Q13 同じ立場の人たちが話し合える機会に参加して話す	0.13	0.06	0.11	-0.60
Q 8 つきあう人を選ぶ、調節する	0.46	0.15	0.05	-0.53
Q 6 自分でできることを増やす	0.39	0.11	-0.10	-0.49
累積寄与率	25.20	33.20	40.13	46.16
除外項目				
Q 5 新聞を読む、またはニュースを見る(社会情勢を把握する)				
Q16 技術を向上させる				
Q18 開始時間より早めに到着する				
Q20 次に何が必要か自分で考える				
Q21 人の良いところを取り入れる				
Q22 よいもの、必要なものを選んで買う				
Q26 人と話をする				

一般化した最小2乗法、直接オブリミン法

表2 ワークライフバランス向上プログラムの構成

回	テーマ	内容
① 地域集団作業療法プログラム	1 オリエンテーション 事前評価	茶話会 プログラムの説明 評価用紙の記入
	2 プログラムの目標	個別目標の設定
	3 生活をマネジメントする方法 作業とは何か	テーマ：作業とは何か ミニレクチャー 演習 意見交換
	4 生活のバランス① 興味について	テーマ：興味 ミニレクチャー 演習 意見交換
	5 生活のバランス② 習慣と役割について	テーマ：習慣と役割 ミニレクチャー 演習 意見交換
	6 中間評価 ここまでのふりかえり	茶話会 評価用紙の記入
② 当事者参加型アクションリサーチ	7 生活のバランス③ 「ワークライフバランス=自分らしくいきいきと地域社会生活を送れるようになること」に役立つこと、問題になること	演習 意見交換 (ステージ1、2に該当する) 個人の意見を発言し合い、お互いの考えや思いを知り合う。
	8 生活のバランス④ 上の続き	演習 意見交換 (ステージ3に該当する) お互いの考えや思いを「2のために、Yによって、Xするシステム(こと)」という形でいつかにまとめる。
	9 生活のバランス⑤ 上の続き	演習 意見交換 (ステージ4に該当する) システム(こと)を動かすために必要な活動を7は2回ぐらいの動詞で表現する。それぞれの活動の関係を考えながら矢印でつないでモデルを作る。
	10 生活のバランス⑥ 上の続き 計画を立てよう	演習 意見交換 (ステージ5、6に該当する) モデルを現実の状況と比べて表にまとめる。実行できそうな望ましい計画を立てる。
	11 生活のバランス⑦ 上の続き みんなで立てた計画をみんなで実践してみよう	意見交換 実践 (ステージ7に該当する) 計画の一部をみんなで実践する。
	12 事後評価 修了パーティー 最後のお楽しみ	評価用紙の記入 目標達成の確認 今後の目標 パーティ

ラムと当事者参加型アクションリサーチを融合させ、ワークライフバランス尺度を加えた一連のプログラム効果評価システムが構築された。

(3) プログラムの実施と効果評価システムの有用性の検討

3名の対象者の自己評価は、事後に向上の傾向があり、他者評価には変化はなかった。GASの個人目標の達成度は、2名の対象者が事後に向上した。対象者のプログラム中の学習は、他の対象者や自分の意見から今回のSSMのテーマ「『ワークライフバランス=自分らしくいきいきと地域社会生活を送れるようになること』に役立つこと、問題になること」に沿うものを「探索」し、他の対象者や自分の意見の類似や相違に「折り合い」をつけて根底定義にまとめ、それぞれの活動の関係を考えながらモデルを検討する中で「納得」して計画を策定し実践するといった過程をたどった。

今後は、対象者を増加してプログラム中の学習の過程をより具体的に検討し、その信頼性、回復可能性を高めるとともに、実施プログラムの有効性を検討するための統計分析を実施する必要があると考える。

<引用文献>

- 1) 内閣府 「仕事と生活の調和推進」: <http://www8.cao.go.jp/wlb/index.html>
- 2) Anthony W A: Recovery from mental illness: The guiding vision of the mental health service system in the 1990's. Psychosocial Rehabilitation Journal, 16:11-23, 1993.
- 3) Kielhofner G: A Model of Human Occupation: Theory and Application 4/E. Williams & Wilkins, 2008.
- 4) 谷村厚子, 山田 孝: 地域在住の精神障害者に対する集団作業療法プログラムの開発と有効性 - 実施群と対照群の比較 - . 作業療法 28 (2): 134-149, 2009 .
- 5) 谷村厚子, 山田 孝, 井上 薫: 精神障害をもつ当事者の地域作業療法プログラムの開発～参加者の変化の分析を中心に～ . 作業行動研究 12 (2): 82-94, 2009 .
- 6) Meyer J (矢部正浩・訳): 7. アクションリサーチで質的方法を使う . Pope C & Mays N, eds (大滝純司・監訳): 質的研究実践ガイド 保健・医療サービス向上のために, 第1版, 医学書院, 東京, 2005, p63 .
- 7) Tanimura A, Ishii Y: Outcomes of the community-based participatory action research by users of mental health services. World Psychiatric Association International Congress 2013, October 2013.
- 8) Tanimura A, Ishii Y: Development of a work-life balance scale for users of mental health services. 6th Asia Pacific Occupational Therapy Congress, September, 2015.
- 9) 内山研一: 現場の学としてのアクションリサーチ - ソフトシステム方法論の日本再構築 - . 白桃書房, 東京, 2007 .
- 10) 谷村厚子, 山田 孝: 精神障害をもつ当事者参加型のアクションリサーチ～2005年1月から2010年7月の文献レビューより～ . 作業行動研究 14(2): 123, 2010.
- 11) Tanimura A, Ishii Y: Factorial Validity of a work-life balance scale for users of mental health services. The 1st Asia-Pacific Occupational Therapy Symposium, Oct.2018.
- 12) 田崎美弥子, 中根允文: WHO QOL26 手引改訂版. 世界保健機関 金子書房, 東京, 2007 .
- 13) Baron K, Kielhofner G, Iyenger A, Goldhammer V, Wolenski J (山田孝, 石井良和・訳): OSA II 作業に関する自己評価使用者用手引. 改訂第2版, 日本作業行動研究会, 秋田, 2004 .
- 14) 原田千佳子: EBOT時代の評価法 25 ゴール達成スケールリング(GAS). 作業療法ジャーナル増刊号 38(7): 591-595, 2004 .
- 15) 障害者労働医療研究会精神障害部会:LASMI 精神障害者社会生活評価尺度 利用マニュアル. きょうされん障害者労働医療研究会精神障害部会, 東京, 1995 .
- 16) Parkinson S, Forsyth K, Kielhofner G (山田孝・監訳, 野藤弘幸, 小林隆司・訳): 人間作業モデルスクリーニングツール MOHOST 使用者用手引書. 日本作業行動研究会 秋田 2011 .

5 . 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計 1 件)

谷村厚子: 様々な施設でのグループ・アプローチ 作業療法におけるグループ・アプローチの実際. カウンセリングワールド第5号: 34-36, 2018年4月, 査読無 .

〔学会発表〕(計 5 件)

Atsuko TANIMURA, Yoshikazu ISHII: Development of a work-life balance scale for users of mental health services. The 6th Asia Pacific Occupational Therapy Congress, September, 2015. The Rotorua Energy Events Centre (Rotorua, New Zealand) 2015年9

月 14 - 17 日

谷村厚子, 石井良和: 精神保健サービス利用者を対象としたワークライフバランス尺度の経時的変化の検討. 第 26 回日本作業行動学会学術集会, 2016 年 6 月 18-19 日, 神奈川県立保健福祉大学 (神奈川県横須賀市).

Tanimura A, Ishi Y: Factorial Validity of a work-life balance scale for users of mental health services. The 1st Asia-Pacific Occupational Therapy Symposium, Oct.2018 (台湾, 桃園市).

谷村厚子, 石井良和: 精神保健サービス利用者を対象とした 5 件法ワークライフバランス尺度の因子妥当性の検討. 第 52 回日本作業療法学会, 2018 年 9 月

Atsuko Tanimura: CHANGE WITH TIME OF A WORK-LIFE BALANCE SCALE FOR USERS OF MENTAL HEALTH SERVICES. 19th WPA World Congress of Psychiatry, 21-24 August 2019.

6 . 研究組織

(1) 研究協力者

研究協力者氏名: 石井 良和

ローマ字氏名: (ISHII, Yoshikazu)

研究協力者氏名: 山下 清子

ローマ字氏名: (YAMASHITA, Kiyoko)

研究協力者氏名: 中根 順子

ローマ字氏名: (NAKANE, Jyunko)

研究協力者氏名: 古御門 幸奈

ローマ字氏名: (KOMIKADO, Sachina)

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。