

令和 4 年 5 月 6 日現在

機関番号：17102

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2017～2021

課題番号：17K12458

研究課題名(和文) アルコール依存症者の感情活用能力育成プログラム開発の検討

研究課題名(英文) Development of program for improving ability of emotional utilization among alcoholics

研究代表者

木原 深雪(Kihara, Miyuki)

九州大学・医学研究院・助教

研究者番号：70515080

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,100,000円

研究成果の概要(和文)：アルコール依存症の治療や回復は断酒や減酒し続けることを前提として前進する。しかし、酒を飲んでも飲まなくても感情的な問題を抱えるアルコール依存症者は、単に減酒や断酒しただけでは依存症の問題は解決しない。アルコール依存症者が断酒を継続し新たな生活習慣を構築するには想像以上の困難があり、援助にあたる看護職にとっても否定的感情を惹起しやすく、援助しづらい状況となりがちである。そこで2021年度までの研究においては、アルコール依存症者に特有な感情面の問題を調査し、当事者が感情面の問題を解決する能力を育成するための、アルコール依存症者の感情活用能力育成プログラムの開発を試みた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

アルコール依存症者の支援には、当事者の情緒面を理解し教育的・支持的な関わりが重要なポイントであり、感情活用能力育成プログラムの開発を検討することは、アディクション看護や人々のメンタルヘルスの向上に貢献することが期待できると考える。アルコール依存症の人々に関与している看護職が、当事者の側に立ったケアを実践していくための具体的な方法を示すだけでなく、自らの飲酒問題を解決したい人々をはじめ多くの人々のメンタルヘルスの向上に貢献する可能性がある。

研究成果の概要(英文)：Treatment and recovery of alcoholism will proceed on the premise of abstinence and continued reduction of alcohol. Alcoholics have many emotional problems, and it is difficult to recover from addiction simply by reducing or abstaining from alcohol. It is more difficult for alcoholics to continue to abstain from alcohol and build new lifestyle habits, and it tends to be difficult for nurses to help. Therefore, in the research up to 2021, we investigated the emotional problems peculiar to alcoholics. Based on the results of the survey, we considered developing a program to develop the ability of alcoholics to solve emotional problems.

研究分野：精神保健看護

キーワード：アルコール依存症者 感情活用能力 アルコホリクス・アノニマス KJ法 精神看護学

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

#### (1) つかみにくいアルコール依存症者の姿

わが国のアルコール消費量は、戦後の経済成長、生活様式の変化などにより 1945 年以降から急激な増加を示した。アルコール消費量の増加に並行してアルコール精神病やアルコール依存症の患者も増加する傾向を示している。2005 年の患者調査ではアルコール依存症者は約 16700 人と推計されている 1)。ところが、他の報告によると 2003 年のわが国のアルコール依存症患者数は 82 万人と推計され 2)、そのうちアルコール依存症で治療を受けている者は 5 万人程度であるという 3)。このように統計調査結果にもばらつきがみられるのは、アルコール依存症であることへの当事者の否認や従来から「アル中」といった言葉に象徴されるように、アルコール依存症への偏見や精神科医療への抵抗感から、なかなか治療の場に現れないアルコール依存症者が多く存在し、アルコール依存症者の正確な数や全体像は把握しにくいのが現実であろう。そのため、たとえアルコール依存症予備軍になっても当事者自身も問題意識を感じながらもどのように対処してよいのか分からず、様々な問題を抱えながら社会生活を送っている人々も少なくないであろう。

#### (2) アルコール依存症対策への関心の高まり

わが国だけでなく、アルコール乱用やアルコール依存症は全世界の人々の健康上の大きな問題である。アルコールは摂取する個人とそれを取りまく人々への影響を考慮すると、総合的にみて最も有害な薬物であるとも述べる報告 4) やアルコール摂取に適量は無く、中程度の飲酒でも長期的にみれば、利点を上回る有害な影響があると報告 5) され、世界的視点では飲酒による害が注目されている。WHO は 2010 年の世界保健総会で「アルコールの有害な使用を低減するための世界戦略」を採択した。それを機に、日本アルコール関連問題学会などと、アルコール依存症当事者関連団体の働きかけによって 2013 年 12 月にアルコール健康障害対策基本法が成立した。同法は翌年施行され、2016 年 5 月に「アルコール健康障害対策推進基本計画」が策定により、国として本格的にアルコール関連問題に取り組み始めたところである。

#### (3) アルコール依存症者をとりまく現場でのさまざまな問題

##### 地域における支援強化の必要性の高まり

近年のアルコール依存症治療は入院治療の場が次第に減少し、外来中心の治療となり、退院後に自助組織とつながることがこれまで以上に重要なポイントとなる。しかし、タイミングよく自助組織とつながるアルコール依存症者はごくわずかであるといわれている 6)。

##### 断酒継続者への支援の必要性

かつてアルコール依存症であったが回復し、長期間の断酒経験をもつ人々は、アルコール依存症者の回復のモデルとしてアルコール依存症の治療や予防活動にとって貴重な存在である。アルコール依存症の治療・回復において、断酒後にそれまでのアルコール浸りの生活のなかで失ったものへの喪失感に伴うグリーフケア、情緒面の修復を行い、生き方のたて直しを行うことによって酒を必要としなくなる状態になるという 7)。自助組織に通い、断酒後に必要な作業を行う過程においても、飲酒欲求や人間関係に起因する感情の不安定さはつきまとい、カウンセリングなどの支援を必要としていても対応する場も専門職もほとんど存在しないなかで放置されているのが現状である。応募者が過去に行った研究においても、断酒経験が長くなるほど、断酒後に直面する問題を共有できる仲間は少なくなり、孤独となり再飲酒につながるケースもみられるため断酒継続者への支援も重要な課題であることがわかった 8)。

##### アルコール依存症者にとっての感情活用能力の重要性

従来、アルコール依存症の治療の困難性や特殊性は否認を打破してゆくことの困難性といっても過言ではない 9) といわれてきた。しかし、近年では節酒補助薬も認められつつあり、依存症治療も変化しているが、いずれにしても治療への動機づけや渴望現象への対処が課題となっている。アルコール依存症者は自分の問題に気づいているからこそ、自分の問題をつきつけられる辛さから、飲酒問題を否認し続けざるを得なくなり、さらに問題を悪化させてしまうともいわれている。応募者が以前行った調査においても同様の結果が得られ 10)、アルコール依存症者は自分の問題に気づきながらも感情面での問題から適切に対処しにくいことが考えられた。薬物やアルコールに依存している人の多くは、自分を感情をわかり、理解し、また調整することが困難であるといわれている 11)。そこでアルコール依存症者には、自己を振り返り、何等かの感情を手がかりにして問題解決に踏み出せる力、感情活用能力を育成することが重要ではないかと考えた。そこで本研究では、アルコール依存症者が日頃実践している自分の感情の問題への対処の方法や体験についての面接調査を行い、アルコール依存症者の感情活用能力はどのようなものなのかを分析し、導き出した結果に基づいて、感情活用能力を育成するためのプログラムを開発することを目的とした。

### 2. 研究の目的

(1) アルコール依存症者の感情活用能力はどのようなものなのか、どのような変化が期待できるのかを明らかにする。

(2) 看護職によるアルコール依存症者の感情活用能力育成プログラムを試作するための基本的な資料を得る。

### 3. 研究の方法

本研究は感情という習慣的で複雑な体験を取り扱うため、数量的なデータよりも、ニュアンスに富む質的なデータを得ることが妥当であると考え、質的研究とした。アルコール依存症者の複雑な心情を把握するために、データ収集および分析の一連の過程は図1の6ラウンド累積KJ法(12)にならって段階的に行う。分析の視点は段階別に異なるが、前段階で得たデータを次の段階にも加えて評価し、情報収集の枠組みとして用いる。以上のような研究過程によって、複雑な心情をもつアルコール依存症者の感情活用能力の動体を明らかにし、それを育成しうる働きかけについて検討する。

#### 研究

##### (1)対象

研究参加者：研究参加者は、アルコール依存症のスクリーニングテスト KAST(13)と DSM-5-TR の診断基準(14)を補助的に用いて研究者がアルコール依存症と判断し、且つ調査時に自助組織に通っている15名である。面接を行ってもフラッシュバックが起らず安定した状態が保たれる参加者を、日本国内に推定4800名の構成員をもつその自助組織(12)を通じて研究参加者を募った。

##### (2)調査方法

面接法。面接に先立ち、3名の研究参加者に対し予備調査を行い、インタビューガイドの妥当性や質問項目などの確認を行った。断酒歴、断酒し続けてきたことへの思いや、体験してきたこと、自分の感情と上手につきあうために日頃から実践していること、自分の感情と上手につきあうために実践して成功した体験、自分の感情と上手につきあう方法を中心としたインタビューガイドを作成し、半構造化面接を行った。研究参加者の了解が得られた場合はICレコーダーで録音した。

##### (3)分析方法

面接終了後、録音データに忠実に逐語録を作成し、分析した。分析方法は、混沌とした言語的データ自体から本質を導き出すKJ法を用いて、質的に分析した。

分析の妥当性の確保：研究参加者に対して分析経過で得られた図式等を開示し、状況を正しく反映しているか、解釈に偏りがないかについてフィードバックを受け、追加や修正を加えた。なお、本研究ははまだ実施分析途中であるため、本報告書では研究参加者5名分のデータ分析をもとに成果を述べる。

##### (4)倫理的配慮

研究者の所属先の倫理委員会の承認を受けて研究を開始した。自助組織の責任者を通じて研究の趣旨を文書で説明したうえで研究参加者を募った。参加への同意が得られた参加者に、研究者が文書と口頭で説明し、文書にて同意を得た。その際、個人情報厳守され、参加を拒否しても不利益にならないこと、得られた情報は研究以外の目的では使用しないこと、途中の同意撤回や中止が可能でありその場合も不利益にならないことを保証した。プライバシーが保たれ静穏な環境を保てる場所にて調査を行った。

#### 研究

##### (1)対象

研究参加者：研究参加者は、アルコール依存症のスクリーニングテスト KAST と DSM-5-TR の診断基準を補助的に用いて研究者がアルコール依存症と判断し、且つ調査時に依存症のための中間施設に通っている通所者とスタッフの合計20名である。プライバシーが保たれ静穏な環境を保てる場所にて調査を行った。調査に先立ち施設長に許可を得て研究参加者を募った。

##### (2)調査方法

面接法。通所者には断酒歴、断酒し続けてきたことへの思いや、体験してきたこと、自分の感情と上手につきあうために日頃から実践していること、自分の感情と上手につきあうために実践して成功した体験、自分の感情と上手につきあう方法を中心とした面接を行った。施設スタッフにはとしてどのような支援を行っているのか、どのような支援が必要と思うのかを中心としたインタビューガイドを作成し、半構造化面接を行った。研究参加者の了解が得られた場合はICレコーダーで録音した。

##### (3)分析方法

面接終了後、録音データに忠実に逐語録を作成し、分析した。分析方法は、混沌とした言語的データ自体から本質を導き出すKJ法を用いた。

分析の妥当性の確保：研究参加者に対して分析経過で得られた図式を開示し、状況を正しく反映しているか、解釈に偏りがないかについてフィードバックを受け、追加や修正を加えた。

##### (4)倫理的配慮

研究者の所属先の倫理委員会の承認を受けて研究を開始した。依存症のための中間施設の責任者を通じて研究の趣旨を文書で説明したうえで研究参加者を募った。参加への同意が得られた参加者に、研究者が文書と口頭で説明し、文書にて同意を得た。その際、個人情報厳守され、参加を拒否しても不利益にならないこと、得られた情報は研究以外の目的では使用しないこと、

途中の同意撤回や中止が可能でありその場合も不利益にならないことを保証した。

#### 4. 研究成果

##### 研究

###### (1) 対象者及びインタビューの概要

自ら自助組織に通い自己の問題への気付きや問題への対処を行っていた。自己で解決すべき問題と、自助組織の仲間の中で対処する問題との区別ができ、個人の回復と自助組織での回復とということのバランスをとりつつ、さらに向上心を持って自己の課題に立ち向かうことを継続していた。本人なりの飲酒欲求や再飲酒の危険性を察知する兆候を見出し、自分自身あるいは自助組織の仲間たちとより良い生き方の模索を続ける姿の一端がみられた。

###### (2) アルコール依存症者の感情活用能力育成過程の構造(本質的な内容を示すカテゴリー同士の図式化)

逐語録から作成された元ラベル数は91枚、第一段階が38、第二段階25、第3段階12、4段階目で6つのカテゴリー(島)となり、図式化を行うことができた。思考を整理するために、6つの島の最上位ラベルの上に、その島を象徴する言葉をシンボルとして記入した。KJ法では、図解の情報を一目見て把握できるようにするため、各島を象徴し、端的に表現した言葉をシンボルとして記入した。

図式化により、プログラムには下記の要素が必要であることがわかった。

- ・当事者は自分の生き方に悩み苦しむなかから次第に自助組織の12ステップを基本としたプログラムを受け入れるようになっていたが、プログラムを受け入れるまでに何年も時間を要する
- ・AAプログラムを理解すること自体が困難なため、プログラムの解説と実践が必要である。
- ・AAプログラムを実践していると、感情的な問題に対処できるようになっていた。
- ・AAプログラムに出会える機会を得られるような支援が必要である。
- ・AAのなかでの個人的責任を果たすこと自体が回復のために重要である。
- ・AAのなかでは思うようにならず葛藤もあるが、その中でのプログラム実践が必要である。
- ・感情の問題を日々解決しながら謙虚に生きていくよう努力し続けることが大切だ。
- ・自分の性分や問題の本質の洞察とそれへの対処は独りで行うのは危険である。

##### 研究

###### (1) 対象者及びインタビューの概要

依存症のための中間施設に通所しているアルコール依存症当事者は、回復者スタッフと施設で支援にあたっているスタッフから依存症からの回復に焦点をあてたプログラムやきめの細かい支援を受け、日常生活のなかでプログラムを実践していた。地域生活のなかで単独で回復することは困難であると自覚し、中間施設の当事者文化のなかで理解や支援を受けながらプログラムの実践するなかで自分の問題への洞察や再飲酒への対処を行っていた。プログラムを身につけ社会参加するために焦る通所者もみられた。中間施設と自助組織の連携はやや希薄であった。

###### (2) アルコール依存症者の感情活用能力育成の構造(本質的な内容を示すカテゴリー同士の図式化)

逐語録から作成されたラベル数は337枚となった。KJ法によるグルーピングを繰り返し、表札づくりを行った結果、6段階のKJ法で10のカテゴリーとなり、図式化を行うことができた。思考を整理するために、島の最上位ラベルの上に、その島を象徴する言葉をシンボルとして記入した。

図式化により、プログラムには下記の要素が必要であることがわかった。

- ・独りで断酒することは困難である現実の受け入れ。
- ・回復のために必要な適切な支援を得ないと命を失う危険性がある病であることへの理解
- ・当事者文化のなかでこそ理解され、現実を受け入れる準備が可能となる。
- ・回復のためのプログラムが概念的で理解しにくい。
- ・プログラムを身につけられたら人間関係の厳しい世の中でも生きていけると思われている。
- ・依存症者の勘違いや自分勝手な思いこみと、医療従事者の他人を変えようとする思い込みを超える知恵が必要である。
- ・物事を自分の思う通りしたいために過剰反応をしていた自分の姿への洞察。
- ・謙虚に祈りながらプログラムを実践すると感情が整い安定した生き方ができるようになった。
- ・過去に自分の生活を振り返って、自分の正直な思いを言語化することが必要。
- ・過去の生活習慣上の課題、飲酒しやすい夕方は要注意である。

###### 【プログラムの試作】

以上の結果をもとに、アルコール依存症からの回復の初歩段階の人を対象としたプログラム案を作成した。概要としては回復初歩段階のいくつかの事例の物語のなかで、アルコール依存症は何を生活や人生にもたらす病気なのか、再飲酒をどう防ぐか、感情の問題について、異和感について、生活上の注意点(焦らないこと、夕方は気を付けることなど)、自助グループでの活動

や当事者文化について、アダルトチルドレンについて、人間関係の問題について、回復のために必要なことを盛り込んだ。プログラムの理解を促進するために、文字情報だけでなく視覚的情報も用いるためにイラストや劇画も作成した。プログラムは紙媒体のテキストを用いた対面で行う形式を想定していたが、プログラムを作成している途中で新型コロナウイルスの世界的パンデミックとなり、当初計画していたプログラムの実施計画は大幅に形を変えることをせまられた。また、研究 と研究 の面接調査はほとんどパンデミック以前に行ったものであるため、今後パンデミック以後の状況を把握し、ニーズをアセスメントし、実情に応じたプログラムに作成し直す必要がある。

< 視覚的情報を用いるためのイラストや劇画の例 >



< 引用文献 >

- 1)厚生統計協会：国民衛生の動向．P 93，2008
- 2) 樋口進：平成 15 年度研究報告書厚生労働科学研究費補助金がん予防等健康科学総合研究事業「成人の飲酒実態と関連問題に関する研究」．2003
- 3) 渡辺哲：アルコールと疫学 どのように飲まれているか？治療 87.2285-2290，2005
- 4)David J Nutt, Leslie A King, Lawrence D Phillips et al. : Drug harms in the UK: a multicriteria decision analysis. Lancet 376: 1558-65, 2010
- 5)GBD 2016 Alcohol Collaborators: Alcohol use and burden for 195 countries and territories, 1990-2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. The Lancet Available online 23 August 2018 [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31310-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31310-2)(accessed September 20, 2018)
- 6)日下早代、日下誠：アルコール依存症者が自助グループにつながるための一考察 日本精神科看護学術集会誌、64(1).40-41,2021
- 7) 水澤都加佐：ぼっかり開いた心の中を覗いてみたら．季刊ビィ増刊号 11 : 50-56,2002
- 8) 木原深雪,北岡和代：アルコール依存症者の感情体験の分析．金沢大学つるま保健学会誌.38(2):1-10,2014
- 9)山田一郎編集：系統看護学講座 基礎分野 行動科学．医学書院 p101,1994
- 10) Miyuki Kihara, Kazuyo Kitaoka, Analysis of the emotional experiences of Japanese Alcoholics Anonymous members striving for sobriety, BMC Psychiatry, 10.1186/s12888-019-2226-0, 19, 1, 2019.08
- 11) Joseph Ciarrochi, Joseph P. Forgas, John D. Mayer: EMOTIONAL INTELLIGENCE IN VERYDAY LIFE, 2001/中里浩明,島井哲志,大竹恵子,池見陽(訳): エモーショナル・インテリジェンス日常生活における情動知能の科学的研究,ナカニシヤ出版,pp98,2005
- 12) 川喜田二郎：川喜田二郎著作集 3 野外科学の思想と方法．中央公論社 p250,1996
- 13) Satru Saito, Naoki Ikegami: KAST( Kurihama Alcoholism Screening Test) and its Applications. Japan. J Stud. Alcohol 13(4): 229-237, 1978
- 14) American Psychiatric Association: Diagnostic Criteria from DSM- -TR, 2000/高橋三郎,大野裕,染矢俊幸(訳): DSM- -TR;精神疾患の診断・統計マニュアル,医学書院, pp210-220, 2004

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 1件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 1件）

1. 著者名 Miyuki Kihara and Kazuyo Kitaoka	4. 巻 19:243
2. 論文標題 Analysis of the emotional experiences of Japanese Alcoholics Anonymous members striving for sobriety	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 BMC Psychiatry	6. 最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1186/s12888-019-2226-0	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

〔学会発表〕 計0件

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考
研究 分 担 者	北岡 和代  (Kitaoka Kazuyo)  (60326080)	公立小松大学・保健医療学部・教授    (23304)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------