様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　４ 年　５ 月 ２６ 日現在

機関番号：１３８０２
研究種目：基盤研究(C)（一般）
研究期間：2018～2021
課題番号：１８Ｋ０３１３４

研究課題名（和文）神経性やせ症の治療にピアサポーターが与える効果とピアサポーター自身の回復について

研究課題名（英文）A study of the effect of peer supporters on the treatment of anorexia nervosa and the recovery of peer supporters themselves through the participating the treatment

研究代表者
望月　洋介（Mochizuki, Yosuke）

浜松医科大学・医学部附属病院・臨床心理士

研究者番号：３０５６８５７２

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　3,300,000円

研究成果の概要（和文）：神経性やせ症（Anorexia Nervosa、以下AN）の治療にピアサポーターが与える効果について、ピアサポーターと協働したグループセラピーの効果を通じて検討を試みた。しかし、同意を得られたAN患者が極めて少なく、効果を検討できるほどの対象者を集めることはできなかった。研究期間中に同意を得られた対象者は、10名であり、そのうち、6名が初期にドロップアウトした。残り4名の内2名がグループセラピーを完遂し、残り2名が継続中である。一方、同様のグループセラピーを単回で行う行う際、一般公募で対象者を集めたところ、多くの申込みがあり、参加者には一定の効果が示されたと同時に満足感も高かった。

研究成果の学術的意義や社会的意義
入院を要するような重度の神経性やせ症患者の場合、ピアサポーターと協働したグループセラピーに参加しようと思える者が少なく、参加したとしても早期にドロップアウトしてしまう者が多い。一方で、入院を要さないレベルで生活ができている者では、このようなグループセラピーに高い動機付けで参加する人が一定数おり、このような人達にとってはピアサポーターと協働したグループセラピーが回復に役立つ可能性がある。

研究成果の概要（英文）：This study attempted to investigate the effect of peer supporters on the treatment of anorexia nervosa (AN) through the effects of group therapy in collaboration with peer supporters on AN patients. However, the number of AN patients who consented to the study was extremely small, and it was difficult to gather enough subjects to examine the effects. Consent for this study was obtained from 10 subjects during the study period, of which 6 dropped out early. Two subjects of the remaining four have completed group therapy, and the remaining two are continuing. On the other hand, when the same group therapy was performed in the form of a single session and participants suffering from eating disorders were gathered by open recruitment, many applications were received, and the participants were shown a certain effect and were highly satisfied.

研究分野：臨床心理学

キーワード：神経性やせ症　ピアサポーター　グループセラピー　リフレクティング

※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、研究者個人に帰属します。

様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９（共通）

１．研究開始当初の背景

日本における神経性やせ症（Anorexia Nervosa：AN）の患者数は、1990年代後半の5年間だけで4倍に急増している（厚生労働省，2012）。摂食障害の中でも、ANは10％近くが死亡するとされ、重度の栄養障害は無月経をもたらし、少子化にも拍車をかける。これらの社会的影響の大きさを鑑みると、ANの治療法の確立は喫緊の課題であると言える。ANに対する心理療法でevidenceが示されているものにFamily-Based Treatmentがあるが、年齢が18歳以下且つ病歴が3年以下と対象が限定的である[1]。成人のANでは有効性が確立された心理療法はなく、治療者が提供出来る選択肢は限られている[2]。我々は、2015年に厚生労働省から静岡県摂食障害治療支援センター（現静岡県摂食障害支援拠点病院）の指定を受け、ANの身体治療マニュアルを作成しその効果を示してきた[3]。しかし、心理療法に関しては確立された方法が無く、ANの精神病理に対する有効な新しいアプローチが求められている。

近年様々な分野でピアサポート活動が広まっている。ピアとは、「仲間」「対等」「同輩」という意味であり、ピアサポートとは、同じ疾患や障害を抱える当事者が支援にまわる活動のことである。ピアサポーターの話は専門家の話よりも現実味を帯びて当事者に伝わり、「自分にも同じように出来るかもしれない」というロールモデルを提供し、変化に対する希望を与える[4]。ANの治療中断を防ぐ上で動機づけと心理教育が重要とされるが、ピアサポーターは、変化に対する希望を与え、動機づけを高める存在となりえる[5]。しかし、これまで統合失調症やアルコール依存症・薬物依存症の支援ではピアサポーターが広く活躍しているが、ANの治療においてピアサポートによる効果を示した報告は乏しい。

２．研究の目的

研究1：AN患者に対するピアサポーターと協同したグループセラピーの効果を検討する。

研究２：ピアサポート活動がサポーター自身の回復に与える効果について検討する。

３．研究の方法

研究1：DSM-5[6] でANの診断基準を満たし、BMIが14以上で、説明同意の得られた入院患者30名を対象に、ピアサポーターと協同したグループセラピーを実施した（ピア導入群）。グループセラピーは、月1回、全18回の設定で、入院期間から導入し、退院後も継続した。オープングループの形をとり、研究参加の同意が得られた対象者は、随時グループセラピーに加えていき、18回終了した対象者は抜けていくという形をとった。グループセラピーでは、摂食障害に対する強化認知行動療法で扱う内容を参考に、各セッションで話し合うテーマを設定した[7]。また、臨床心理士2～4名とピアサポーター2～4名が入り、リフレクティングを取り入れた形で展開した[8]。すなわち、各テーマに沿った話し合いをAN患者同士で行い、時間が来たらピアサポーターがAN患者の話し合いを聞いて思い浮かんだ自らの経験を話し合うというプロセスを2往復半行い、患者同士の経験の共有と、ピアサポーターからの経験談の共有が十分に出来るように工夫をした。治療効果検討のための対照群は、これまで浜松医科大学精神科に入院治療を受けた後に外来で通常の治療を受けたAN患者（従来治療群）とした。後方視的調査のための同意については、浜松医科大学精神科のホームページ上にオプトアウトの形で提示し、対応した。効果の判定は、ピア導入群のBody Mass Index（BMI）と症状評価、心理学的評価をグループセラピー全18回の前後で測定し、その変化量を従来治療群のものと比較した。

研究2：ピアサポーターとしての活動を開始した時点から、BMI、症状評価、心理学的評価の測定を3ヶ月ごと継続した。これにより、ピアサポート活動への参加が回復に与える効果を検討した。

４．研究成果

研究１：この期間に同意を得られた AN 患者は、10 名にとどまった。さらに、このうちの 6 名が比較的早期（1～3 回の参加）にドロップアウトをした（中断率 60%）。現在、2 名の治療が完遂していて、残り 2 名が継続中となっている。そのため、統計解析をするために十分なデータは得られなかった。一方で、治療を完遂した 2 名は、症状及び社会生活に一定の改善が得られたため、現在はピアサポーターとして活動するようになった。参考として、治療を完遂した 2 例の BMI、Eating Disorder Instrument-2（EDI-2）、Eating Attitudes Test-26（EAT26）、日本語版 Recovery Assessment Scale（RAS）の結果を提示する（図 1～4）。この結果を見ると、BMI は 2 例とも平均水準まで回復しており、症状評価である、EDI-2 と EAT26 もそれぞ

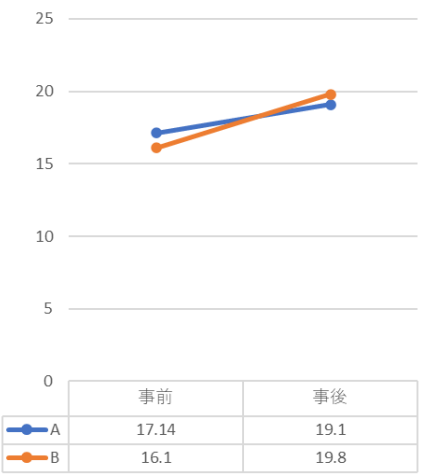


図1.BMIの変化

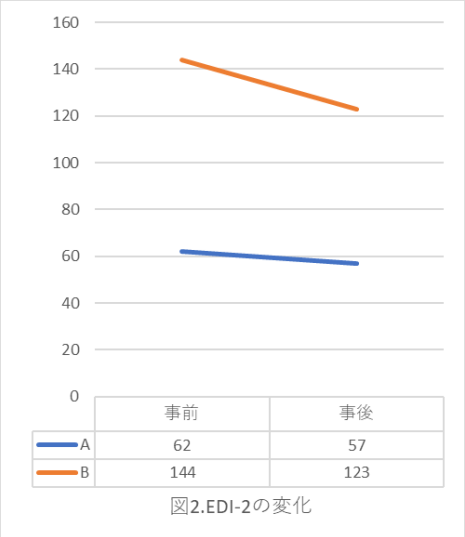


図2.EDI-2の変化

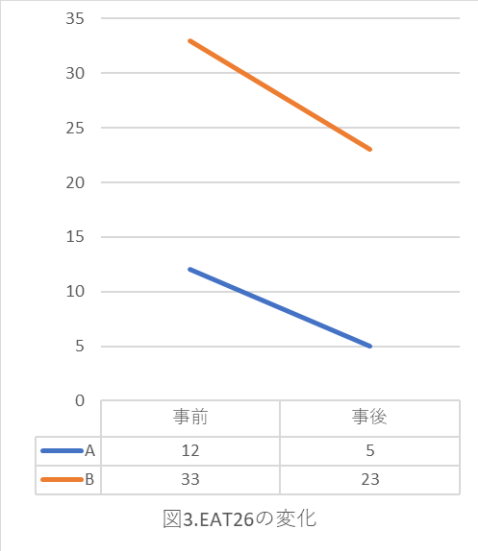


図3.EAT26の変化

れ数値の低下が見られた。一方で、リカバリーの程度を測る RAS ではほとんど変化がなかった。また、この変化が本研究のグループセラピー単独の要因とは言い切れないことに加え、グループセラピーを継続したから改善したのか、改善する見込みのある者であったからグループセラピーも継続されたのかといった因果関係が不明な点も残っている。

以上のように、本研究では AN 患者のリクルートが思うように進まず、十分なデータ収集ができなかった。一方で、静岡県摂食障害支援センター（現静岡県摂食障害支援拠点病院）の活動の一環として行った単発でのピアサポーターと協働したグループには、3 年間 9 回に延べ 69 名という非常に多くの参加者が集まった。加えて、この参加者の概ね 8 割が AN か AN に準ずるような病態の者だった。このグループは単発のものであり、グループセラピーというよりも、サポートグループの色彩の強いものではあったが、グループ前後で取った簡単なアンケートの結果では、このグループが参加者の孤立感を低減させ、今後の生活や回復への希望をもたせたことが示された（図 5）。さらに、今後も同様の機会があれば参加したいかを尋ねた質問では、「参加したい」と「どちらかと言えば参加したい」の回答で 9 割以上を占める結果となった。この結果は、ピアサポーターと協働したグループに対する参加者の満足度が高いものであったということを示唆している。我々は、この経験を踏まえ、今後、一般公募で研究対象者を募り、十分な対象者の確保をした上で、再度ピアサポーターと協働したグループセラピーの効果について検討をする予定である。

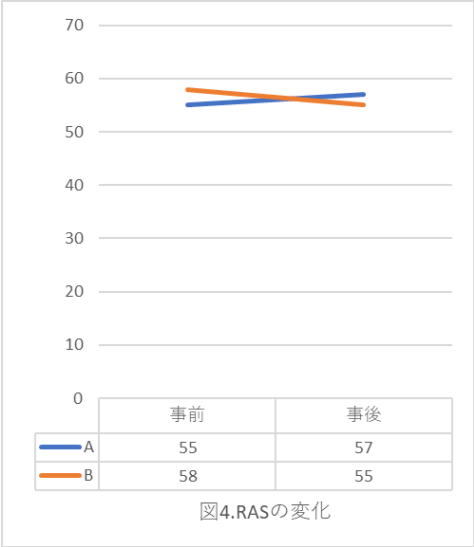


図4.RASの変化

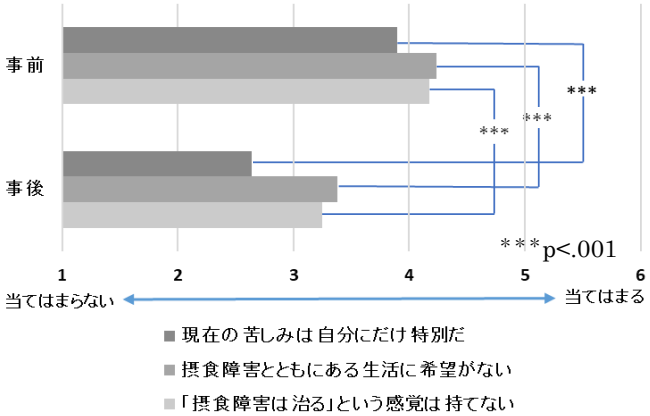
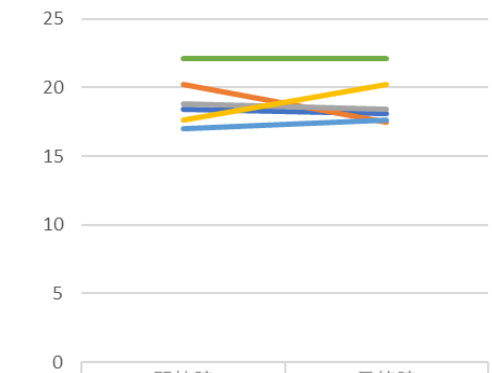


図5. グループ前後の平均値の比較

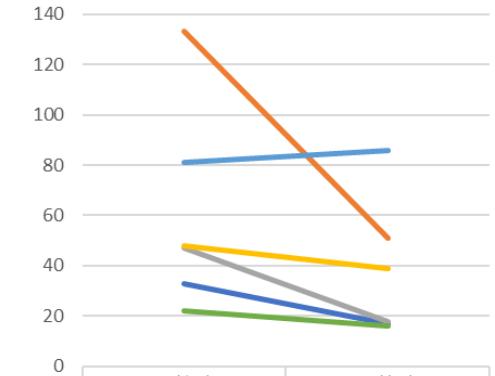
研究 2：ピアサポーター活動に参加した 10 名の内、7 名から本研研究参加の同意が得られ、データの収集を開始した。しかし、就労の開始、結婚・出産、子どもの受験といった生活環境の変化で、ピアサポーター活動継続が難しくなった対象者がドロップアウトした。加えて、COVID-19 の影響で対面でのグループセラピー実施が困難となり、オンラインでの実施に切り替えたことで、データ収集が困難になった。それ以外にも、それぞれの事情から必ずしも連続してピアサポーター活動に参加することが難しく、3 ヵ月毎の定期的な評価は困難であった。参考資料として、ピアサポーター開始時と、データの得られた最終時の比較ができる 6 名の BMI、EDI-2、EAT26、RAS のデータを提示する（図 6～9）。これを見ると、e を除いて EDI-2 の変化が目立っている。開始時から最終時までの期間や、その間にピアサポーター活動に何回参加したかということが対象者によってまちまちであるため、明言はできないが、ピアサポーター

活動を続けることが、摂食障害の病理の改善に結びついている可能性がある。e に関しては、最終時の評価より以前に、より EDI-2 の数値が高値になった時期があり、そこから減少に転じたという経過であった。この変化がピアサポーター活動によるものとは断言できないが、e は比較的継続的に参加をしているピアサポーターで、グループの中でも「ここに来ることが自分の回復の役に立っている」という発言をしている。今後は、オンライン上で回答できる形を取り、経時的なデータ収集を可能な形にして検討を進めていきたいと考えている。



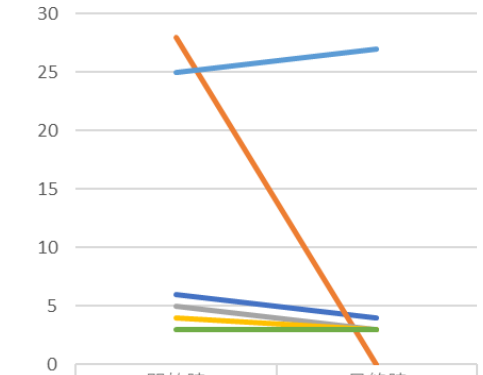
	開始時	最終時
a	18.4	18.1
b	20.2	17.5
c	18.8	18.4
d	17.6	20.2
e	17	17.6
f	22.1	22.1

図6.BMIの変化



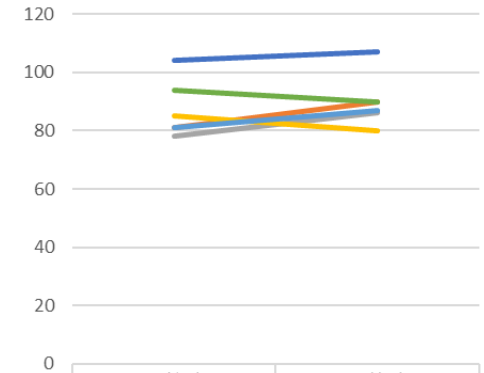
	開始時	最終時
a	33	17
b	133	51
c	47	18
d	48	39
e	81	86
f	22	16

図7.EDI-2の変化



	開始時	最終時
a	6	4
b	28	0
c	5	3
d	4	3
e	25	27
f	3	3

図8.EAT26の変化



	開始時	最終時
a	104	107
b	81	90
c	78	86
d	85	80
e	81	87
f	94	90

図9.RASの変化

＜引用文献＞

1) Lock J, Le Grange D, Agras, W S, et al. : Randomized clinical trial comparing family-based treatment with adolescent-focused individual therapy for adolescents with anorexia nervosa. Arch Gen Psychiatry. 2010 Oct ; 67(10) : 1025-32.

2) Bodell L P, Keel P K.: Current treatment for anorexia nervosa ; efficacy, safety, and adherence. Psychol Res Behav Manag. 2010;3:91-108.

3) 栗田大輔：精神科病棟における神経性やせ症の身体治療. 精神科臨床サービス 15 (4) : 465-469, 2015

4) 相川章子：精神障がいピアサポーター 活動の実際と効果的な養成・育成プログラム. 中央法規, 東京, 2013.

5) Brewin N, Wales J, Cashmore R, et al.: Evaluation of a Motivation and Psycho-Educational Guided Self-Help Intervention for People with Eating Disorders (MOPED). Eur Eat Disord Rev. 2016 May;24(3) : 241-6.
6) American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th edition DSM-5.:American Psychiatric Association, Washington, D.C., 2013.
7) Fairburn C：Cognitive Behavior therapy and Eating Disorders. The Guilford Press, NY, 2008.
8) 矢原隆行：リフレクティング　会話についての会話という方法. ナカニシヤ出版, 京都, 2016.

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計3件（うち査読付論文　0件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　0件）

１．著者名 望月洋介	４．巻 38
２．論文標題 家族療法の持つ意味	５．発行年 2021年
３．雑誌名 精神科	６．最初と最後の頁 291-298
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

１．著者名 望月洋介　竹林淳和	４．巻 209
２．論文標題 地域の中の家族をどう救うかー静岡県摂食障害治療支援センターの取り組みー	５．発行年 2020年
３．雑誌名 こころの科学	６．最初と最後の頁 64-68
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

１．著者名 望月洋介　竹林淳和	４．巻 48
２．論文標題 摂食障害の家族への支援－家族心理教育（家族教室）とピアサポーターと協働したサポートグループ－	５．発行年 2019年
３．雑誌名 臨床精神医学	６．最初と最後の頁 723-728
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

〔学会発表〕　計9件（うち招待講演　0件／うち国際学会　0件）

１．発表者名 望月洋介　田代順
２．発表標題 ナラティヴなグループアプローチを体験する（その11）　話題設定のない体験グループへのリフレクティングの応用
３．学会等名 日本集団精神療法学会
４．発表年 2022年

１．発表者名 望月洋介　磯部智代
２．発表標題 ピアサポーターと協働したグループの効果その①　リフレクティングを応用したサポートグループ
３．学会等名 日本公認心理師学会
４．発表年 2021年

１．発表者名 磯部智代　望月洋介
２．発表標題 ピアサポーターと協働したグループの効果その②　リフレクティングを応用したサポートグループ
３．学会等名 日本公認心理師学会
４．発表年 2021年

１．発表者名 田代順　望月洋介
２．発表標題 ナラティヴなグループアプローチを体験する（その10）「解決志向リフレクティング」による体験グループの試み
３．学会等名 日本集団精神療法学会
４．発表年 2021年

１．発表者名 望月洋介
２．発表標題 リフレクティングを応用したサポート・グループにおける専門家の役割意識について
３．学会等名 日本人間性心理学会
４．発表年 2019年

１．発表者名 田代順　望月洋介
２．発表標題 ナラティヴなグループアプローチを体験する（その9）－リフレクティングによる体験グループの展開－
３．学会等名 日本集団精神療法学会
４．発表年 2019年

１．発表者名 望月洋介　磯部智代
２．発表標題 ピアサポーターと専門家の新たな協同の形　その1 －リフレクティングを応用した当事者家族グループ－
３．学会等名 日本摂食障害学会
４．発表年 2018年

１．発表者名 磯部智代　望月洋介
２．発表標題 ピアサポーターと専門家の新たな協同の形　その2 －リフレクティングを応用した当事者グループの効果－
３．学会等名 日本摂食障害学会
４．発表年 2018年

１．発表者名 望月洋介　田代順
２．発表標題 ナラティヴなグループアプローチを体験する（その8）－体験グループにリフレクティングを応用する－
３．学会等名 日本集団精神療法学会
４．発表年 2018年

〔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	竹林　淳和 (Takebayashi Kiyokazu) (50397428)	浜松医科大学・医学部附属病院・講師 (13802)	
研究分担者	鈴木　峻介 (Suzuki Shunsuke) (50816262)	浜松医科大学・医学部附属病院・臨床心理士 (13802)	
研究分担者	井上　淳 (Inoue Jun) (90535577)	浜松医科大学・医学部・特任助教 (13802)	
研究分担者	磯部　智代 (Isobe Tomoyo) (30825708)	浜松医科大学・医学部附属病院・臨床心理士 (13802)	

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