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 ２３ 日現在

機関番号：３２６１２
研究種目：若手研究
研究期間：2018～2021
課題番号：１８Ｋ１３３５４

研究課題名（和文）治療抵抗性うつ病に対する、愛着障害に焦点を当てた認知行動療法の開発

研究課題名（英文）Development of attachment-focused cognitive behavioral therapy for treatment-resistant depression

研究代表者
工藤　由佳（Kudo, Yuka）

慶應義塾大学・医学部（信濃町）・共同研究員

研究者番号：２０８１５８３１

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　2,900,000円

研究成果の概要（和文）：　うつ病は古くから「これまでの生き方に無理があるサイン」とされ、回復には生き方の変化が必要とされた。研究代表者は、変化のためには不適切な養育がもたらし得る愛着の問題、すなわち信頼感の回復が必要と考えた。そこで、心理療法家に安心して心の内を打ち明けられるようになることを目指した「安全基地確立面接」を開発した。面接の特徴は、心理療法家が中立ではなく、患者の味方となり、1人の人間として自らの感情を表出して患者に接するトゥーパーソン的面接である点だ。本面接を6人の持続性抑うつ障害の被験者に対して実施し、安全性と実現可能性を確認した。また質的研究により、本面接内容の妥当性を確認した。

研究成果の学術的意義や社会的意義
　うつ病において、考え方や対人関係の持ち方などの変化を促進させる心理療法は有効性が実証されているが、効果がある患者は限られている。虐待を含む「不適切な養育環境」で育った患者の多くは、信頼の問題があり、生き方の変化は容易ではない。本研究では、そのような患者が、心理療法家に対して安心して頼りにできるための心理療法の技術を開発し、変化を促進する心理療法に取り組む素地を提供する。
　心理療法家と患者の信頼関係の構築は、数多くの心理療法で強調されてきたが、専門家の経験に基づく無形の技術であった。本研究では、マニュアルを開発することで技術の可視化に成功し、初学者にも学びやすいツールを開発することができた。

研究成果の概要（英文）：Depression has been said that patients need to change their way of life to recover. However, about a half of depressed patients grew up in inadequate caregiving environments and it is difficult for them to change because their way of life may be their way of surviving. Principal investigator thought it is critical for patients to have attachment figures to change. Thus, we have developed therapeutic interviews which are called “Secure Base establishing Interviewing for Change". The main features of the current interview are that therapists are not neutral to the patients but completely on patients’ side. And the therapeutic interview is a two-person perspective in which therapists show their own feelings as one person. Six patients with persistent depressive disorder underwent the therapeutic interview for one and a half years. Therefore, we confirmed that the feasibility and the safety were maintained. We also conducted qualitative study and validated the contents of the interview.

研究分野：臨床心理学

キーワード：アタッチメント　愛着障害　不適切な養育　治療抵抗性うつ病　認知行動療法　家族療法　メディカルアーツ　治療同盟

※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

世界では 3 億人以上もの人がうつ病で苦しんでいる。それにも関わらずあらゆる治療を 1 年以上実施しても約 3 分の 1 は寛解せず[1)]、治療成績の向上は急務である。うつ病は古くから「これまでの生き方に無理があるサイン」とされ[2)]、回復には生き方の変化が必要とされた。実際に治療効果が実証的に示される認知行動療法や対人関係療法では、認知・行動のパターンの変化、対人関係パターンの変化を援助する。しかし、難治性うつ病患者の多くは変化に固く抵抗し、変化を援助する心理療法の実施そのものが困難である。なぜ変化に抗うのか？

そもそもうつ病患者の約 50%は、虐待を含む「不適切な養育環境」で育ち[3)]、そうでない患者に比べ、従来の治療で回復しない割合が 2 倍を超える[4)]。さらにこうしたうつ病患者の多くは、自己や他者へ強い不信感を持つ愛着の問題を抱え、困った時に援助や慰めが得られる「安全基地」を持てないのである。子供が外界へ冒険に出るために安全基地が必要であるのと同様、成人も自分自身の変化という挑戦のためには安全基地が必要である。

２．研究の目的

そこで本研究では、心理療法家との関係が患者にとって一つの安全基地となる技術である「安全基地確立面接」の開発を行う。変化への前提となる患者と心理療法家の関係性の構築は、数多くの心理療法で強調されながら、暗黙知であった。その形式化により普及させるため、心理療法家が患者にとって安心して頼りにできるアタッチメント対象、すなわち安全基地になるためのマニュアルの開発を行う（図 1）

図1 本研究の概要

３．研究の方法

(1) 安全基地確立面接の原版の作成

John Bowlby が提唱した、安全基地を提供することを中心とした治療課題を元に研究代表者が論文検討を重ねて開発したマニュアルにつき、14 名の専門家から意見を聴取した。14 名の専門家は、精神分析、人間中心療法、認知行動療法、家族療法、集団精神療法、森田療法、アタッチメント理論、統合的心理療法にそれぞれ精通した臨床家、研究者とした。14 名からの意見を元に、マニュアルを改訂した。改訂したマニュアルに対して、再度 14 名の専門家から意見を得て 2 回目の改訂を行い、マニュアルの原案とした。

(2) 安全基地確立面接のパイロットスタディ

マニュアルの原案を用いて、1 年半の介入を行うパイロット研究を行った。対象は、20 歳から 50 歳の持続性抑うつ障害の患者で、非安心型のアタッチメントスタイルを持っている患者とした。除外基準として、精神病症状、軽躁状態、解離症状を持つもの、および人格障害の合併のうち、認知の偏りが著しく強い患者とした。

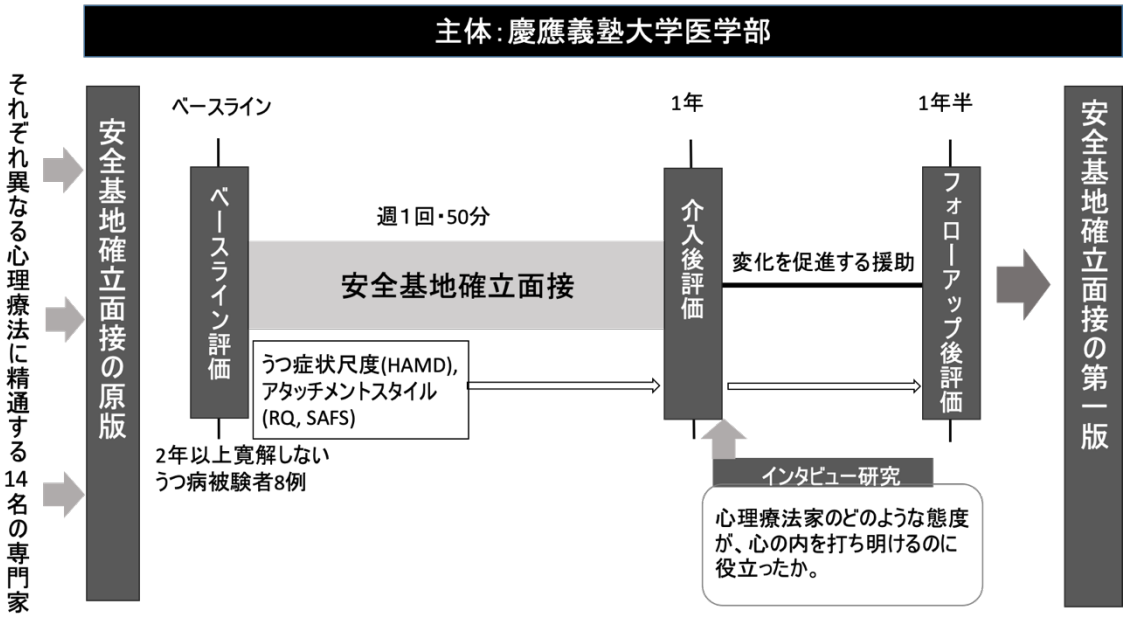
(3) マニュアルの妥当性の評価

パイロット研究を終了した 6 名の患者に対して、セラピー終了から半年以内に「心理療法家のどのような態度によって、安心して心のうちを打ち明けられたか」をインタビューにて評価した。インタビュアーはインタビューに精通した心理士が実施した。全てのインタビューは録音され、書き起こしを行った上で、重要項目法で分類した。

(4) マニュアルの第一版の完成

パイロットスタディのプロセスを踏まえて、マニュアルの第一版を完成させた。

参考文献：1) Rush AJ et al,　2006; 2) 北中淳子, 2014; 3) Nelson K et al, 2017; 4) Nanni U et al, 2012



４．研究成果

(1)安全基地確立面接の概要

安全基地確立面接の主要な特徴は、心理療法家が中立ではなく、患者の圧倒的な味方になる点である。心理療法家は従来の鏡の役割ではなく、1 人の人間として自らの感情を表出して患者に接するトゥーパーソン的面接である。図 2 がセラピーの主な内容である。詳しくはマニュアルを参照されたい。

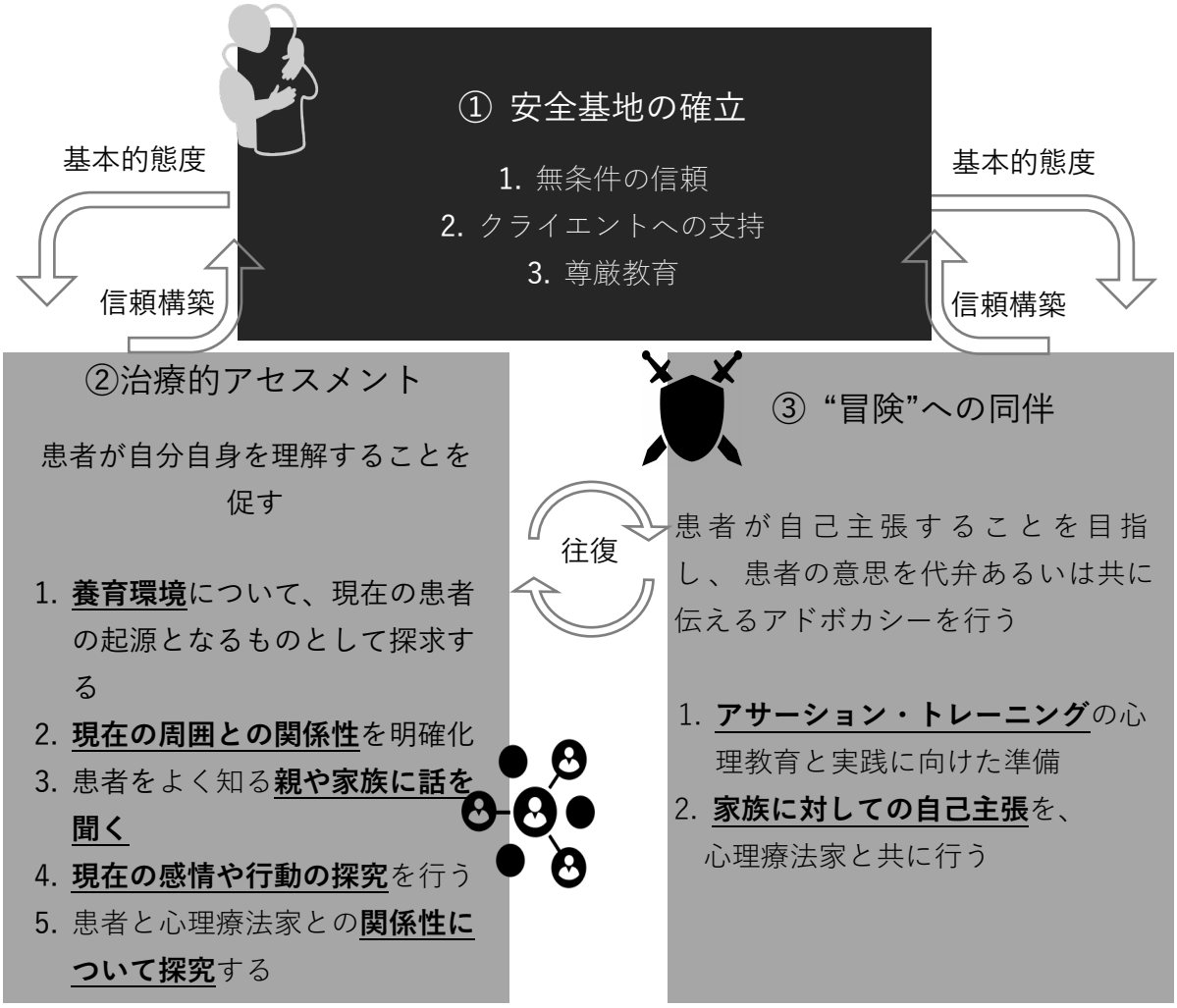
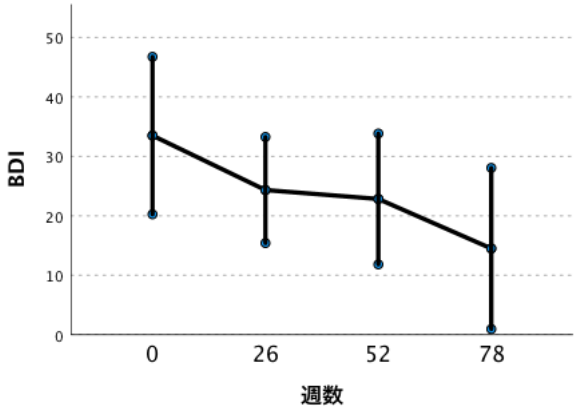


図 2 安全基地確立面接の概要

(2)研究の主な成果

①安全性、実現可能性の評価

8 名の患者にパイロットスタディを行ったところ、3 ヶ月後に 1 名が金銭的な問題で、4 ヶ月後に 1 名が職場の転勤により中断となった。6 名の患者は 1 年半の介入を終了したため、6 名のデータを一般線形モデルにて評価した。ベースラインでのうつ症状の重症度は Beck Depression Inventory-Second Edition（BDI）の平均値 33.5 点であったが、78 週の時点では 14.5 点であり、p=0.015 と有意に低下していた。この結果から安全基地確立面接の安全性、実現可能性は保てていると判断した(グラフ 1)。



グラフ 1 安全基地確立面接を受けた 6 名の経過

②マニュアルの妥当性の評価

インタビュー研究では、「心理療法家のどのような態度が、あなたが心の内を打ち明けるのに役立ちましたか」の質問に対し、心理療法家が 1 人の人間として感情や考えを表出したこと、患者の考えを後押ししたこと、親に自分の代わりに意見を伝えてくれたことなど、マニュアルの内容を支持する結果となった。

(3)今後の展望

①安全基地確立面接の有効性、妥当性の評価

本研究は、研究代表者 1 名が群馬病院のみにて心理療法を実施した。今後、十分な有効性を評価するために、複数のサイトにおいて、複数の心理療法家により実施することを予定している。また本研究では内容の妥当性については、介入終了後のインタビュー研究にて行った。しかし、より精度の高い評価を行うために、1 回ごとのセラピーを録音・録画し、都度評価を行うプロセス研究を追加することを予定している。

②安全基地確立面接の実装に向けた準備

本面接のマニュアルは、金剛出版から「発達性トラウマセラピーの 3 つのステップ（仮題)」として出版されることが決まった。本面接を実際に現場の心理療法家が利用できるようになるためには、マニュアルを用いた講義とスーパービジョン体制の構築が不可欠である。

現在、研究代表者は、University College London と Anna Freud Center に Horonary Reseacher として所属して研究を行っている。2 つの施設は、Peter Fonagy 教授が Mentalization Based Therapy(MBT)を開発した機関であることから、MBT の普及に向けた取り組みを十分に経験することができる。それらの取り組みを参考に、安全基地確立面接の講義とスーパービジョン体制の構築を目指す。

③安全基地確立面接の更なる改良

心理療法家と患者の信頼関係にまつわる課題は、心理療法における中心的な課題であり議論は尽きない。そのため、Peter Fonagy 教授をはじめ、海外で活躍している研究者の力も得ながら引き続き質を高める取り組みを続けていく。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計4件（うち査読付論文　3件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　2件）

１．著者名 工藤 由佳，星野 大，松原 いくみ，齋藤 和城，福島 久史	４．巻 34
２．論文標題 職員同士が理解し合うことで、患者の心の動きを少しずつ取り戻すことができた病棟　臨床の様々な場面で作ったグループの力	５．発行年 2018年
３．雑誌名 集団精神療法	６．最初と最後の頁 66-72
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 有
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 Chihara I, Ae R, Kudo Y, Uehara R, Makino N, Matsubara Y, Sasahara T, Aoyama Y, Kotani K, Nakamura Y.	４．巻 18
２．論文標題 Suicidal patients presenting to secondary and tertiary emergency departments and referral to a psychiatrist: a population-based descriptive study from Japan.	５．発行年 2018年
３．雑誌名 BMC Psychiatry.	６．最初と最後の頁 ー
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1186/s12888-018-1690-2.	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 －

１．著者名 Nakao S, Nakagawa A, Oguchi Y, Mitsuda D, Kato N, Nakagawa Y, Tamura N, Kudo Y, Abe T, Hiyama M, Iwashita S, Ono Y, Mimura M.	４．巻 20
２．論文標題 Web-Based Cognitive Behavioral Therapy Blended With Face-to-Face Sessions for Major Depression: Randomized Controlled Trial.	５．発行年 2018年
３．雑誌名 Journal of Medical internet research	６．最初と最後の頁 ー
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.2196/10743.	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 －

１．著者名 工藤由佳	４．巻 22
２．論文標題 自己愛性パーソナリティ障害の患者に対するメンタライジングアプローチ―Me-modeからWe-modeへ	５．発行年 2022年
３．雑誌名 臨床心理学	６．最初と最後の頁 ー
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7件（うち招待講演　1件／うち国際学会　2件）

１．発表者名 工藤由佳
２．発表標題 アタッチメントに焦点を当てた認知行動療法「絆スキル」により回復した治療抵抗性うつ病の一例
３．学会等名 日本うつ病学会
４．発表年 2019年～2020年

１．発表者名 工藤由佳　渡辺俊之
２．発表標題 対象関係論的家族療法により回復したうつ病の一例
３．学会等名 第114回日本精神神経学会学術総会
４．発表年 2018年

１．発表者名 Yuka Kudo
２．発表標題 Attachment-focused CBT for a patient with treatment-resistant depression
３．学会等名 2018 Taiwan/Japan/Korea case conference in Taipei（国際学会）
４．発表年 2018年

１．発表者名 渡辺 俊之，星野 大，工藤 由佳
２．発表標題 対象関係論的家族療法の臨床活用
３．学会等名 日本家族療法学会
４．発表年 2018年

１．発表者名 Yuka Kudo
２．発表標題 Partnering with Consumers and Carers
３．学会等名 Royal Australian & New Zealand College of Psychiatrists (RANZCP) 2018 Congress（招待講演）（国際学会）
４．発表年 2018年

１．発表者名 工藤由佳 加藤一幸
２．発表標題 精神科、長期入院患者と今後生活する場所を決める 意思決定支援ガイド「一緒に決めよう!ガイドブック」の開発過程
３．学会等名 第26回聖路加看護学会学術大会
４．発表年 2021年

１．発表者名 工藤由佳 加藤一幸 黒谷正明
２．発表標題 退院支援に向けた、意思決定支援ガイド「一緒に決めよう!ガイドブック」の開発
３．学会等名 日本精神障害者リハビリテーション学会第28回愛知大会
４．発表年 2021年

〔図書〕　計2件

１．著者名 種村 純 （編），工藤由佳（分担執筆）	４．発行年 2019年
２．出版社 ぱーそん書房	５．総ページ数 624
３．書名 やさしい高次脳機能障害用語事典	

１．著者名 三村將	４．発行年 2022年
２．出版社 医学書院	５．総ページ数 368
３．書名 精神科レジデントマニュアル 第2版	

〔産業財産権〕

〔その他〕

「安全基地確立面接」日本語版 A4判84ページ、英語版 A4判84ページ 開発者 工藤由佳 発行日 2022年2月27日 「一緒に決めよう!ガイドブック」あなたのこれからのための意思決定支援ガイド A4判34ページ 支援者用使用の手引き A4判24ページ 開発者 工藤由佳、 黒谷正明、加藤一幸、設楽匡彦、櫛島美穂、宮下恵美、鈴木麻美、前田滉貴、松井朋美 発行日 2021年6月4日

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

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