

令和 5 年 6 月 8 日現在

機関番号：34417

研究種目：若手研究

研究期間：2018～2022

課題番号：18K13360

研究課題名（和文）精神科医療へのフォーカシングの臨床応用に向けた探索研究：うつ病のQOLに着目して

研究課題名（英文）Exploratory research for clinical application of 'Focusing' to psychiatric practice: Focusing on QOL of depression

研究代表者

越川 陽介（KOSHIKAWA, Yosuke）

関西医科大学・医学部・研究員

研究者番号：70807156

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 2,100,000円

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は、フォーカシングがうつ病患者におけるパーソナルリカバリーに有用かどうかを検討するための探索的研究である。フォーカシングは今自分が感じていることを言語化し、それが実際に感じている体験と合っているかを吟味しながら進めていく心理療法である。パーソナルリカバリーは病気に制限されながらも希望を持ち充実した生活を送ることができる状態である。本結果では、うつ病患者において健常者と比較しフォーカシング的態度やパーソナルリカバリーが低い傾向が認められた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究の成果は、これまで明らかにされていなかったうつ病患者のフォーカシング的態度と主観的QOLやパーソナルリカバリーとの関連を健常者との比較した点になる。パーソナルリカバリーは近年注目されている概念ではあるが、パーソナルリカバリーへのアプローチについては十分検討されてこなかった。本研究の成果はうつ病のQOLやパーソナルリカバリーの改善にフォーカシングが有効かどうかを検討するための基盤として位置付けられ、フォーカシングの精神科領域での臨床応用の一助となったと考えられる。

研究成果の概要（英文）：The purpose of this exploratory study is to investigate whether Focusing is useful for personal recovery in depressed patients. Focusing is a psychotherapy that involves verbalizing one's current feelings and examining whether they match the actual experiencing one is feeling. Personal recovery is a state where one can live a hopeful and fulfilling life despite being limited by illness. The results of this study showed that depressed patients tend to have lower Focusing attitudes, lower subjective QOL (quality of life), and lower levels of personal recovery compared to healthy controls.

研究分野：臨床心理学

キーワード：フォーカシング QOL パーソナルリカバリー うつ病 フォーカシング的態度 FMS EXPスケール

1. 研究開始当初の背景

(1)健康寿命における QOL とうつ病の位置付け

近年の精神科医療ではリカバリーという概念が注目されており、精神症状や機能的なリカバリーと共に、パーソナルリカバリーが治療目標とされている。パーソナルリカバリーとは病気に制限されながらも希望を持ち充実した生活を送ることができる状態であり、生活の質(QOL)はこの概念を構成する一つの要素となっている(Leamy M. et al., 2011)。

現在本邦では国の主導で、人生の中で健康で障害のない期間(健康寿命)の延伸を目標として、21世紀における国民健康づくり運動に取り組んでいる。心の健康の向上は、当人のQOLと密接な関係があり、身近な健康を考える上で重要な課題として位置付けられている。うつ病はこの心の健康を著しく低下させる精神疾患として挙げられ、症状の再発を繰り返し慢性化しやすい疾患である。このため、症状と付き合いながらも1人の人間として幸せや充実した人生を模索し、パーソナルリカバリーを達成することが心の健康の向上において重要であると言える。しかし、パーソナルリカバリーの到達点は個性が高く、目標設定の統一が難点である。このため、個性の高さに柔軟に対応できるアプローチが求められている。

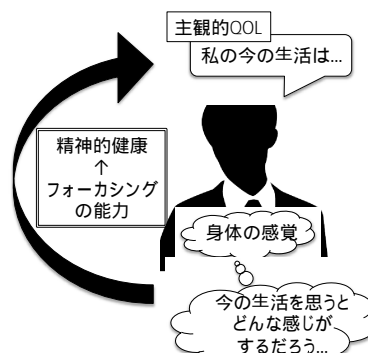


図1. フォーカシングと主観的QOL

(2)パーソナルリカバリーへのフォーカシングの可能性

パーソナルリカバリーに至るためのアプローチとしてフォーカシングが有用であると考えられる。フォーカシングは今自分が感じていることを言語化し、それが実際に感じている感覚と合っているかを吟味しながら進めていく心理療法である。E. T. Gendlinにより考案され、成功したカウンセリングで来談者が共通して行っていたエッセンスを取り上げ、体系立てられた心理療法である。身体で感じられているがまだ言葉になっていない感覚に注意を向け、表現し、それが自分の感じられている感覚に合っているか確かめる作業を通して自己理解を深める。

フォーカシングではこの様に個人によって異なる曖昧な感覚を取り扱うことができる方略を持ち合わせていることから、上記の難点に対しても柔軟に個性に対応できる点が他の心理療法にない特徴としてあげられる。

(3)精神科医療へのフォーカシングの臨床応用

症状的・機能的リカバリーへの介入方法は確立されつつある一方、パーソナルリカバリーは個性が重視される点から、今まで精神科医療においてエビデンスに基づいた検討が困難であった。一方、患者個人の視点に立ち、病気を抱えながらもどのように自分の人生を歩んでいくかを考えていく、患者の主体性を中心とした治療の概念はC. RogersやE. T. Gendlinを中心とした人間性中心療法の学派では以前から重要視されてきていた。精神科医療におけるフォーカシングは、これまでの精神症状の治療という文脈では、取り扱う内容が主観的で、精神病理的考察の難しさから臨床適応に壁があった(川池, 2010)。しかし、近年の患者一人一人の視点に立って考えていくパーソナルリカバリーの文脈においては、患者により異なる主観的なQOLにアプローチするという視点からの臨床応用は可能であると考えられる。

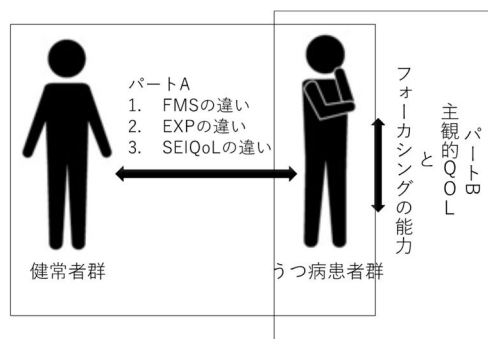
2. 研究の目的

これまでフォーカシングを精神科医療の場で検証される機会は少なく、フォーカシングの精神科医療での臨床応用に関する基礎的な検証が遅れている。そこで本研究は基礎的な検証の一環として、うつ病患者における主観的QOLとフォーカシングの能力との関連及びうつ病患者と健常者の比較によるフォーカシングの能力の疾患特異的な特徴の特定を目的とする。

3. 研究の方法

下記に示す選択基準をすべて満たし、除外基準のいずれにも該当しない健常者およびうつ病患者を対象に主観的QOL、パーソナルリカバリー、抑うつ症状、フォーカシング的態度、体験様式、性格傾向等を評価した。

検討事項はパートAとパートBに分けて検討する。パートAは「うつ病患者群と健常者群でフォーカシングの態度や体験様式に差があるか」である。パートBは「うつ病患者群内で主観的QOLやパーソナルリカバリーにフォーカシングに関する能力は関連があるか」についてである。



(1)【うつ病群】

同意取得時において年齢が 20 歳以上の者
性別不問

DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)によりうつ病と診断された者

(2)【健常者群】

同意取得時において年齢が 20 歳以上の者
性別不問
現在精神科に通院していない者

(3)【除外基準(うつ病群、健常者群共通)】

母国語及び日常生活上で日本語以外の言語を主として用いる者
半構造化面接によるインタビューの実施が難しい者
その他、研究代表者が研究対象者として不適当と判断した者

(4)【評価項目】

主観的 QOL: The Schedule for the Evaluation of Individual Quality of Life-direct weighting (SEIQoL-DW)

フォーカシングの態度: 体験過程尊重尺度(the Focusing Manner Scale version a. Japanese version: FMS ver.a.j)

体験様式: EXP チェックリスト II, The Experiencing Scales (EXP)

うつ症状: Hamilton depression scale (HAM-D), Quick inventory of depressive symptomatology (QIDS)

性格傾向: NEO five factor inventory (NEO-FFI)

パーソナルリカバリー: Japanese version of the Questionnaire about the Process of Recovery (QPR-J)

4. 研究成果

本研究にうつ病患者 43 名と健常者 57 名が参加した。下記に結果を示す。

(1)パート A : うつ病患者群と健常者群でフォーカシングの態度や体験様式に差があるか

FMS ver. a. j の得点の平均を独立したサンプルの t 検定を用いてうつ病群と健常者群とで比較した(越川ら, 2022)。うつ病群は健常群と比較して有意に FMS ver. a. j の得点が低かった($p < 0.01$)。また、FMS ver. a. j の下位尺度として構成されている「注意」「受容」「距離」の全ての因子でも同様にうつ病群の方が有意に得点が低かった($p < 0.01$)。以上より、うつ病群は健常者群と比較して有意にフォーカシングの態度態度が低いことが明らかとなった。

なお、体験様式はインタビュー内容を逐語録化した上でセグメントごとに評価が必要であるため現段階では検証が終了していない。引き続きその関係性を検証すべく解析を進める。

(2)パート B : うつ病患者群内で主観的 QOL やパーソナルリカバリーにフォーカシングに関する能力は関連があるか

パーソナルリカバリー

QPR-J の低群、中間群、高群における FMS ver. a. の総合得点の差を、分散分析を用いて比較検討した(越川ら, 2022)。また、同様に FMS ver. a. の下位尺度の注意、受容、距離の得点の差を比較検討した。その結果、QPR-J 低群は中間群、高群に比べ有意に FMS ver. a. の総合得点が低かった(低群 < 中間群 < 高群、 $p < 0.001$)。また、下位尺度においては、QPR-J 低群が中間群、高群と比較し受容および注意において有意に得点が低かった(FMS 受容; 低群 < 中間群 < 高群、FMS 注意; 低群 < 高群、それぞれ $p < 0.001$)。

これらのことから、パーソナルリカバリーが低いうつ病群は高い群と比較して、日常生活上でフォーカシングに関連する行動や態度の生起の頻度が低いことが伺える。因果関係までは断定はできないものの、うつ病患者のパーソナルリカバリー達成にフォーカシングが寄与する可能性の一側面が示されたと考えられる。

主観的 QOL

SEIQoL-DW の得点を従属変数に、FMS の下位因子を独立変数として重回帰分析を行った(Koshikawa et al, in preparation)。SEIQoL-DW の得点に相関する因子として「受容」因子が挙げられた。

本結果より日常生活上でフォーカシングに関連する行動や態度の生起の高さがうつ病患者における主観的 QOL に影響を与える可能性が示唆された。

(3)得られた成果の国内外における位置付けとインパクト

これまで、抑うつ症状とフォーカシングの態度に関する研究は、健常者を対象としたものが中心

であり、実際のうつ病患者を対象とした量的研究は限られている。また、その中で、近年注目されているパーソナルリカバリーとの関連を検討した研究は見られない。このため、本研究が明らかにした結果は、今後、精神科領域におけるフォーカシングの臨床応用に寄与する成果であったと考えられる。また、本研究の成果については海外雑誌への投稿を予定しており、国外におけるうつ病患者のパーソナルリカバリーや QOL とフォーカシングの研究を促進するための一つの基盤となると考えられる。

(4)今後の展望

本研究の過程で、フォーカシングによって主観的 QOL が変化したことを報告する事例があり、フォーカシングの実施による QOL の変容の可能性が確認できた。今後はフォーカシングの精神科医療への援用をより現実のものとするために、フォーカシングを実施することにより主観的 QOL やパーソナルリカバリーが向上するのかどうかについて臨床試験を行う必要があると考えられる。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計7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 3件）

1. 著者名 越川陽介	4. 巻 28
2. 論文標題 メンタルヘルスと未病	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 調剤と情報 現代未病がわかる本 人生100歳時代の地域包括型ファーマシーを目指す技術	6. 最初と最後の頁 89-95
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 越川陽介、嶽北佳輝	4. 巻 64
2. 論文標題 うつ病治療におけるQOLの位置付けとその特徴	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 精神医学	6. 最初と最後の頁 271-281
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 越川陽介	4. 巻 27
2. 論文標題 若手研究者が語る。未病の未来 メンタルヘルスにおける未病と介入戦略への可能性の検討	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 日本未病学雑誌	6. 最初と最後の頁 58-62
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 越川陽介、山根倫也	4. 巻 10
2. 論文標題 多様性が求められる現代に必要な能力に関する一考察：曖昧さを抱えた状況を生き抜くためのnegative capability の可能性	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 サイコロジスト：関西大学臨床心理専門職大学院紀要	6. 最初と最後の頁 39-49
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 オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 山根倫也、越川陽介	4. 巻 10
2. 論文標題 Person-Centered Approach から見たNegative Capability 非指示的なセラピストの中で起きていること	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 サイコロジスト：関西大学臨床心理専門職大学院紀要	6. 最初と最後の頁 51-58
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 オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 河崎俊博、越川陽介、田中秀男、筒井優介	4. 巻 11
2. 論文標題 人生100年時代に活かすフォーカシング-沖縄ワークショップでの取り組み-	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 関西大学心理臨床センター紀要	6. 最初と最後の頁 45-54
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 オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 越川陽介	4. 巻 51
2. 論文標題 心理士（師）の立場からみた、パーソナルリカバリーにつながる評価ツールの臨床的解釈と活用のポイント	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 臨床精神医学	6. 最初と最後の頁 673-681
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4件（うち招待講演 1件/うち国際学会 0件）

1. 発表者名 越川陽介
2. 発表標題 メンタルヘルスにおける未病と介入戦略への可能性の検討
3. 学会等名 日本未病学会（招待講演）
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 越川陽介、西田圭一郎、内藤みなみ、加藤正樹、嶽北佳輝、河崎俊博、木下利彦
2. 発表標題 健常者におけるパーソナリティ特性と主観的QOLに関する検討
3. 学会等名 第26回未病システム学会学術総会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 越川陽介
2. 発表標題 生き活きとした日々を見つけるQOL interviewとfocusingの試み
3. 学会等名 2019年度日本フォーカシング協会年次大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 越川陽介、加藤正樹、西田圭一郎、嶽北佳輝、緒方治彦、船槻紀也、高野謹嗣、内藤みなみ、山本敦子、河崎俊博、木下利彦
2. 発表標題 うつ病性障害におけるパーソナルリカバリーとフォーカシング的態度の関連の検討
3. 学会等名 第19回日本うつ病学会総会第5回日本うつ病リワーク協会年次大会
4. 発表年 2022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
---------------------------	-----------------------	----

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
---------	---------