

令和 6 年 6 月 28 日現在

機関番号：21601

研究種目：基盤研究(B) (一般)

研究期間：2019～2022

課題番号：19H03962

研究課題名(和文) 地域における精神障害者家族に対するリフレクティングを用いた実践的介入モデルの開発

研究課題名(英文) Development of a Practical Intervention Model Using Reflection for Families with Mental Disorders in the Community

研究代表者

大川 貴子 (Ohkawa, Takako)

福島県立医科大学・看護学部・准教授

研究者番号：20254485

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 13,200,000円

研究成果の概要(和文)：リフレクティングの実践者を育成するための教育プログラムを検討し、初学者用の説明動画を作成した。また、リフレクティングの実践力を身につけるための体験型トレーニングを繰り返すことによって、精神障害者およびその家族に対してリフレクティング面接を実施できるようになることを確認することができた。

精神障害者およびその家族を対象にしたリフレクティング面接を、来所や訪問にて実施した結果、面接を受けた者は、「自分を知ってもらう機会となる」「新しいものの見方を得る」「家族の行動に対する自身の受け止め方が変わる」といった効果が確認された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

リフレクティングの基礎的な知識や面接方法を知ってもらうための教材を作成したこと、および、実践可能な状態に導くトレーニング方法を例示できたことから、リフレクティングの実践を目指す人の一助となる。また、精神障害者およびその家族にとって、リフレクティング面接は役立つものであることが明らかになったことから、彼らの地域での生活を支える支援方法の一つと成り得ることが確認できた。

研究成果の概要(英文)：We examined an educational program to train practitioners of reflection and created an explanatory video for beginners. In addition, by repeating the experiential training to acquire practical reflecting skills, it was confirmed that it would be possible to conduct reflecting interviews for people with mental disabilities and their families.

As a result of conducting reflecting interviews for people with mental disabilities and their families in persons and visiting the office, it was confirmed that the interviewees had the following effects: "It gives them an opportunity to get to know themselves," "they gain a new perspective," and "they change their perception of their family's behavior."

研究分野：精神看護学

キーワード：リフレクティング 精神障害者 家族

## 様式 C - 19、F - 19 - 1 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

今日、精神障害者への支援のあり方として、リカバリーという考え方が重視されてきている。リカバリーとは、精神障害者自身が、自分の求める生き方を主体的に追求することを意味し、希望の感覚をもち、自分の可能性と能力を感じ取り、自らの責任においてチャレンジをしながら、有意義な役割を生活のなかで持てるようになるプロセスのことである。精神障害者に対して保護的な関わり方に馴染み深い支援者や家族らにとっては、当事者の主体性、自律性を重視した関わり方にシフトしていくことが求められている。精神障害者自身がリカバリーのプロセスを歩み、家族員らとそのプロセスをサポートに見守りながら、自らも己の人生を自分らしく生きていくことは、容易ではなく、家族内では様々な葛藤が生じ、時には衝突し合って、双方がストレス状態となることも多い。

家族を家族員らによって構成される1単位とし、家族内で生じる問題へ介入をする方法として、家族療法がある。元来の家族療法では、家族員らと面接を行う治療者は、家族員らの見えない場所で面接についての打ち合わせや議論を行っていたが、ノルウェーの家族療法家である Andersen, T.らは、治療者からの面接を受けている家族員らの目の前で、複数の治療者たちがその面接についてのコメントをするという方法を開発し、これをリフレティングと呼んだ。すなわち、リフレクティングとは、家族療法の文脈において誕生した、当事者(話し手)と聞き手との会話が行われた後、この会話について会話する支援者チーム(リフレクティング・チーム)を置き、支援者チームの会話を当事者が聞くというプロセスを踏み、当事者の外的会話(他者との会話)と内的会話(自分との会話)を促進していく方法をいう。

### 2. 研究の目的

本研究では、ストレスフルな状況に陥りやすい、地域で生活する精神障害者を有する家族に対して、リフレクティングという支援方法を用いた、日本において実施可能な実践的介入モデルを構築し、その効果性について検討することを目的とする。

### 3. 研究の方法

#### (1)リフレクティングの実践者を育成する教育プログラムの構築

福島および熊本で検討を行なっているリフレクティングの教育プログラムを継続的に実施し、定期的に受講者からのフィードバックを受け、教育プログラムに修正を加えながら、リフレクティングの実践を可能とする教育プログラムを構築する。

#### (2)北欧の教育プログラム・実践方法に関する聞き取り調査

2019年度にフィンランド、2022年度にノルウェーを訪問し、各国においてリフレクティングを取り入れた方法を用いて、精神障害者に対する支援を行なっている施設を視察し、スタッフの教育方法や実践上の留意点などを明らかにする。

#### (3)リフレクティングを用い実践的介入モデルの評価

訪問看護およびアウトリーチを実施している訪問看護ステーション等3施設を利用する精神障害者(以下、利用者)並びにその家族を対象とし、研究同意が得られた者に対して、リフレクティング面接を実施した。1回の面接は60~90分程度とし、各回の面接終了前に、次回面接を実施するか、実施する場合はどのようなメンバーでいつ面接するかについて、出席者全員で話し合っただけで決定した。面接の継続期間については、対象者の希望に添う形で決定した。リフレクティング面接の終結より3ヶ月程度経過した時点、あるいは、リフレクティング面接が5回以上継続された時点で、コ・リサーチ・インタビューによる評価のための面接を行った。

コ・リサーチ・インタビューとは、Andersen, T.によって、ポスト・セラピー・インタビュー(Post-Therapy Interview)すなわち、セラピー実施後にセラピスト、クライアント双方の参加のもと、当該セラピーでの体験について、リフレクティングを用いて話を聞くインタビュー方法として最初に考案された研修手法である。Rautiainen & Seikkulaによれば、コ・リサーチ・インタビューは多層的構成を有する。セラピスト側から見れば、まず、セラピストたちは外部のインタビュアーとの会話において、クライアント家族たちとの自身のセラピーについて振り返りかえる、クライアントたちは、セラピストたちがそうしたインタビューに応じている場に同席し、そこでの会話を聞く、その後、今度はセラピストたちが、クライアントたちがセラピーで

の経験について外部のインタビュアーと会話するのを聞く。このとき、セラピストたちは自身のクライアントたちから学ぶことになる。

#### 4. 研究成果

##### (1) リフレクティングの実践者を育成する教育プログラムの構築

リフレクティングの教育プログラムに参加した者を対象に、3期にわたってグループインタビューを実施した。話し手(相談者)役とリフレクティング・チーム役・聞き手(面接者)役を体験する教育プログラム開始後6ヶ月時点で、12名を対象に3回のフォーカス・グループ・インタビューを行った結果、話し手役を経験した人は、<凝り固まっていた自分の考えや思いの溶解><自分の頭の中で考えがどんどん進んでいく感覚><進んでいく方向性の照らし出し>を体験しており、<リフレクティング面接の習得上相談者役を体験することは必須>と語っていた。面接者やリフレクティング・チームメンバーの体験については、<慣れ親しんでいる助言することから脱却することの難しさ><1つの結論ではなく幾つもの考えを披露する難しさ>を体験すると同時に、<当事者の主体性を尊重していることを実感>していた。そして、<学んだスキルを日頃の患者との対話において活用><医療チームの同僚との話し合いにおいて活用>できるとしながらも、リフレクティング面接を精神障害者家族に対して実施するためには、<さらに実践的トレーニングの積み重ねが必要>と語っていた。

さらに、上記のような教育プログラムを継続実施した後実施した3回のフォーカス・グループ・インタビューでは、話し手となることによって、<すっきり感が得られる><自分の頭の中が整理されていく><自分の中で新たな道筋が見えてくる><自分というものがみえてくる><自分の考え方・物事の捉え方が変わっていく>という体験をしていた。一方で、<1回のリフレクティング面接では不消化感が残る>場合もあることも語られた。チームのメンバー役を行う中で、初期には<安全性を気にしすぎると言葉が出なくなる><何か言わなければと思うが思い浮かばない>という経験をしていたが、回数を重ねると<相談者の言葉の中で自分の気持ちが動かされたところに触れていく><面接者に対して相談者が話している時の表情から読み取っていく>ようになり、<良いことを言おうとするのではなく、散らかっていて良いと思える><チームだから一人で頑張らなくていいという安心感がある><一つのことをみんなで取り組めたという達成感がある>という体験をしていた。また多くの人<【面接者役に挑戦するのはハードルが高い>と感じていた。一方、実際に面接者役を担った人からは<チームがいることで心強い><リフレクティングの時間に落ち着ける>との語りがあった。リフレクティングの研修を受けたことでの変化として、<相談した事例への関わり方が変わり、好転した><日々の仕事の中で患者との向き合い方が変わった><職場内で話すことを大切にす雰囲気生まれた>ということが語られた。

このような結果から、体験型の教育プログラムを継続的に実施することにより、チーム役は体験回数を重ねる中で、実践する力を身に付けられるが、一方面接者役は、訓練の場においても挑戦することへの抵抗感が強く、それを軽減していくための方法を検討していく必要性が示唆された。そこで、教育プログラムにおいて、動画を撮影し、その動画を見ながら振り返る時間を導入した。このようなプログラムを体験した6名を対象にフォーカス・グループ・インタビューを2回実施したところ、動画での振り返りの有効性が確認され、チーム役に加えて、面接者役も調整できるという意識に変わっていった。

以上より、リフレクティングの実践者を育成する教育プログラムにおいては、リフレクティングの基本についての講義を受けることに加えて、話し手(相談者)を体験する機会をつくること、リフレクティング・チームおよび聞き手(相談者)を繰り返し体験すること、それらを振り返る時間をもつことが重要であることが示唆された。なお、初学者に対して基本的な講義をする際にも、実践場面に基づいて説明することがイメージしやすことから、教材として教育動画を作成した。本教育動画を用いることによって、トレーニングの導入が図りやすいことが確認された。

## (2) 北欧の教育プログラム・実践方法に関する聞き取り調査

フィンランドは研究者 6 名が視察を行い、オープンダイアログ発祥の地である西ラップランドにて、ケロプダス病院の看護師、心理士、経験専門家、元院長らに対してインタビューすることができた。長期在院患者が多い入院していた時代に、有志による勉強会から現在のオープンダイアログにつながっていくまでのプロセスを知ることができ、それぞれの地において、その地域が抱えている課題に真摯に取り組み、試行錯誤を繰り返すことによって、新しい支援システムが生まれていくことを学ぶことができた。

ノルウェーは研究者 3 名が視察を行い、メディケーションフリー・トリートメントを実践している 2 施設を中心に、情報収集を行った。地域ネットワークで支援するシステムを構築すること、当事者とのミーティングを大切にすること、アクティビティー・プログラムを充実させ本人が選択できるような状況をつくることの大切さを知ることができた。

## (3) リフレクティングを用いた実践的介入モデルの評価

福島および熊本の 3 施設において、リフレクティングを用いた面接を精神障害者および家族 7 ケースに対して実施した。それぞれに対して、2~5 回のリフレクティング面接を実施したが、終了後コ・リサーチ・インタビューを実施できたのが 5 ケースであった。5 ケースのうち、訪問看護対象者が 3 ケース、アウトリーチ対象者が 2 ケースであった。

コ・リサーチにおいてリフレクティングを用いた面接を受けた対象者らは、「自分を知ってもらう機会となった」「新しいものの見方を得ることができた」「家族の行動に対する自身の受け止め方が変わった」「自分たち家族だけでは話せないことも話し合える」「チームの人たちが話す内容が参考になる」「今後は、自分自身でもいろいろなことを考えられるようになっていきたい」など、肯定的な評価が得られた。また、コ・リサーチの中において、聞き手およびリフレクティン・チームのメンバーになった支援者は、面接を実施する中での「気がかり」として、“場のづくり方” “話の聞き方” “対象者が場を離れることの意味と対応のし方” “対象者が面接に参加することの意味” について語っていた。リフレクティング面接は、その状況に慣れるまでに時間を要する場合があること、雑談も含めリラックスできる雰囲気づくりが必要であること、利き手側が話し手の言葉に応答しないことは侵襲的になる可能性があること、聞き手側からはリフレクティング面接実施中に話し手にとっての意味が読み取れない場合でも、コ・リサーチによって本人の意味づけを確認することができ、そのことにより話し手側は安心して面接を継続できるようになることが示唆された。

本研究においては、コロナ感染症の影響により、対面での面接が実施できない期間があり、リフレクティング面接の有効性を十分に検討するに要する対象者を募ることができなかった。しかし、コ・リサーチを実施した 5 ケースからは、いずれも肯定的な評価が得られていることから、日本において、地域で生活する精神障害者およびその家族に対してリフレクティング面接を実施することの意味を確認することができた。今度さらに、対象者数を増やして、有効性の検討を続けていく必要がある。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計6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<br>大川貴子, 三澤文紀, 木島祐子, 円谷善孝                          | 4. 巻<br>23          |
| 2. 論文標題<br>リフレクティングを用いた支援方法の実際を学ぶ オープンダイアログ発祥の地フィンランドを訪ねて | 5. 発行年<br>2021年     |
| 3. 雑誌名<br>福島県立医科大学看護学部紀要                                  | 6. 最初と最後の頁<br>57-60 |
| 掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子)<br>なし                            | 査読の有無<br>無          |
| オープンアクセス<br>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<br>-           |

|   |                     |
|---|---------------------|
| 1. 著者名<br>大川貴子, 三澤文紀, 木島祐子, 矢野絵梨佳, 矢原隆行                       | 4. 巻<br>24          |
| 2. 論文標題<br>ZOOMを使っでの遠隔セミナー「リフレクティングの実践力を習得するトレーニング方法の検討」を開催して | 5. 発行年<br>2022年     |
| 3. 雑誌名<br>福島県立医科大学看護学部紀要                                      | 6. 最初と最後の頁<br>17-20 |
| 掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子)<br>なし                                | 査読の有無<br>無          |
| オープンアクセス<br>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<br>-           |

|   |                       |
|---|-----------------------|
| 1. 著者名<br>矢原隆行  | 4. 巻<br>224           |
| 2. 論文標題<br>ノルウェーのメディケーションフリー・トリートメントとリフレクティング・プロセス - マグヌス・ハルトとの会話 | 5. 発行年<br>2022年       |
| 3. 雑誌名<br>こころの科学  | 6. 最初と最後の頁<br>102-112 |
| 掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子)<br>なし                                    | 査読の有無<br>無            |
| オープンアクセス<br>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<br>-             |

|  |                       |
|--|-----------------------|
| 1. 著者名<br>大川貴子 矢原隆行 安保寛明                             | 4. 巻<br>24            |
| 2. 論文標題<br>ノルウェーにおける精神医療保健サービスからの学び リフレクティング発祥の地を訪ねて | 5. 発行年<br>2024年       |
| 3. 雑誌名<br>福島県立医科大学看護学部紀要                             | 6. 最初と最後の頁<br>45 - 50 |
| 掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子)<br>なし                       | 査読の有無<br>無            |
| オープンアクセス<br>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<br>-             |

|  |                       |
|--|-----------------------|
| 1. 著者名<br>矢原隆行 大川貴子                        | 4. 巻<br>377           |
| 2. 論文標題<br>ノルウェーにおける Medikationフリー・トリートメント | 5. 発行年<br>2023年       |
| 3. 雑誌名<br>精神科看護                            | 6. 最初と最後の頁<br>41 - 47 |
| 掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子)<br>なし             | 査読の有無<br>無            |
| オープンアクセス<br>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<br>-             |

|  |                       |
|--|-----------------------|
| 1. 著者名<br>大川貴子 矢原隆行                        | 4. 巻<br>378           |
| 2. 論文標題<br>ノルウェーにおける Medikationフリー・トリートメント | 5. 発行年<br>2023年       |
| 3. 雑誌名<br>精神科看護                            | 6. 最初と最後の頁<br>27 - 31 |
| 掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子)<br>なし             | 査読の有無<br>無            |
| オープンアクセス<br>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<br>-             |

〔学会発表〕 計3件 (うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件)

|   |
|---|
| 1. 発表者名<br>大川貴子, 安保寛明, 田村達弥, 吾妻陽子, 三澤文紀     |
| 2. 発表標題<br>リフレクティング面接の実践者を育成する教育プログラム参加者の体験 |
| 3. 学会等名<br>日本精神保健看護学会学会第31回学術集会             |
| 4. 発表年<br>2021年                             |

|   |
|---|
| 1. 発表者名<br>大川貴子, 三澤文紀   |
| 2. 発表標題<br>精神障害者家族に対するリフレクティング面接の実施を目指した取り組み - 6ヶ月間の研修に参加した専門職のインタビュー分析 - |
| 3. 学会等名<br>第52回日本看護学会   |
| 4. 発表年<br>2021年   |

|   |
|---|
| 1. 発表者名<br>三澤文紀                               |
| 2. 発表標題<br>リフレクティング・プロセスを学ぶ人はどのような言葉でその経験を語るか |
| 3. 学会等名<br>日本家族心理学                            |
| 4. 発表年<br>2020年                               |

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

|  |
|--|
| <p>チーム精神看護 リフレクティング<br/> <a href="https://team-mhn.com/reflecting/">https://team-mhn.com/reflecting/</a></p> |
|--|

6. 研究組織

|       | 氏名<br>(ローマ字氏名)<br>(研究者番号)                        | 所属研究機関・部局・職<br>(機関番号)                    | 備考 |
|-------|--|--|----|
| 研究分担者 | 三澤 文紀<br><br>(Misawa Fuminori)<br><br>(00438607) | 福島県立医科大学・看護学部・教授<br><br><br>(21601)      |    |
| 研究分担者 | 矢原 隆行<br><br>(Yahara Takayuki)<br><br>(60333267) | 熊本大学・大学院人文社会科学部(法)・教授<br><br><br>(17401) |    |
| 研究分担者 | 安保 寛明<br><br>(Anbo Hiroaki)<br><br>(00347189)    | 山形県立保健医療大学・保健医療学部・教授<br><br><br>(21501)  |    |

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 |
|---------|---------|
|---------|---------|