

令和 5 年 6 月 8 日現在

機関番号：27501

研究種目：若手研究

研究期間：2019～2022

課題番号：19K19741

研究課題名（和文）精神科デイケアにおけるリカバリー支援心理教育プログラムの標準的実施の可能性

研究課題名（英文）Possibility of Standard Implementation of Recovery Support Psychoeducation Program in Psychiatric Day Care

研究代表者

杉本 圭以子（Sugimoto, Keiko）

大分県立看護科学大学・看護学部・准教授

研究者番号：10739577

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 1,300,000 円

研究成果の概要（和文）：精神科デイケアで実施するリカバリー支援心理教育プログラム（Illness Management and Recovery：IMR）の参加者と実施者を対象に面接調査を複数回実施し、IMRによる参加者のパーソナルリカバリーの長期的な促進と実施者のリカバリー志向の向上などが明らかになった。感染症対策により精神科デイケアで新たに対面プログラムを導入することは困難であったが1か所で開始できた。さらにオンライン研修の一部として複数の精神科デイケアの参加者と実施者が交流する機会を設けIMR実施方法の工夫について情報共有できた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

参加者と実施者双方の視点からリカバリー支援心理教育プログラム（IMR）を精神科デイケアで実施する意義が整理された。プログラムの内容から学ぶ目標設定とセルフマネジメントスキルの獲得に加え、プログラムの構造による参加者同士のピアサポートがリカバリー促進に効果的であることが、参加者と実施者双方からの質的データを分析することにより確認された。精神科デイケアでプログラムを新たに導入する難しさがあった一方、継続して実施するデイケアでは就労プログラムや外来診療、訪問看護と連携しリハビリプログラムとして良い循環ができていることが見受けられた。

研究成果の概要（英文）：Multiple interviews were conducted with participants and providers of the Illness Management and Recovery (IMR) program at psychiatric day care, and it was found that IMR promoted long-term personal recovery of participants and improved providers' recovery orientation. Although it was difficult to introduce a new face-to-face program at psychiatric daycare due to infectious disease control, we were able to start it in one place. In addition, as part of the online training, participants and providers of multiple psychiatric daycare programs had opportunities to interact and share information on how to implement IMR.

研究分野：精神看護学

キーワード：精神科デイケア パーソナルリカバリー IMR

## 1. 研究開始当初の背景

わが国の精神科医療は、「入院医療中心から地域生活中心へ」という方向が明確に打ち出され、「精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築」が目指されている。精神障害者の在宅生活支援は、病院から地域移行への促進だけでなく、地域生活継続のための医療ケアと生活支援の両方において、質の高い地域ケアの提供が重要である。

精神科デイケア（以下、デイケア）は、退院後の生活支援の地域拠点としての役割を担っており、生活支援の場であると同時に医療の場として治療やリハビリテーションが求められる。これまでデイケアにおいて、心理教育や SST などのリハビリテーションプログラムが実施されているが、それらは必ずしも症状の軽減を図り再発を予防するための体系的なプログラムではなく、かつ標準的に全てのデイケアで提供されているとはいえない状況である。

リカバリー支援心理教育プログラム **Illness Management and Recovery (IMR)** は各自のリカバリーについて考えた後、症状の軽減や再発予防のための疾患マネジメントやソーシャルサポートについて体系的に学ぶために構成され、症状や機能の回復を指す臨床的リカバリーと自らの希望に沿った生活ができるパーソナルリカバリーの向上が報告されている。国内での実施はまだ多いとは言えず、IMR の実施には組織の支援やプログラムの業務上の位置づけが影響するとの報告もある。

## 2. 研究の目的

本研究の目的は、精神科デイケアにおける IMR の参加者を対象とし、IMR に参加後および半年以降の地域生活継続やパーソナルリカバリー向上にもたらす効果を明らかにすることであった。また、リカバリー促進に効果的な参加者と実施者の援助的関係を明らかにし、実施者が果たす役割を検討することも目的とした。さらに、デイケアにおける IMR の標準的実施の可能性を検討することを副次的な目的とし、県内の精神科デイケアに IMR を紹介し新たに開始する支援と、実施の実際や工夫を複数のデイケアで共有することで普及促進につなげることも目的の一つとした。

## 3. 研究の方法

IMR 参加者を対象とした質問紙調査（調査 1）と、IMR 終了後半年以上経過した人を対象とした面接調査（調査 2）、実施者を対象とした面接調査（調査 3）を行った。

参加者への質問紙調査（調査 1）は、精神科デイケア 2 か所における IMR 参加者を対象として、開始前と終了後に 1) リカバリーゴールと 2) リカバリーゴールを実現するための行動について自記式質問紙による調査を実施し、自由記述による回答を求めた。

参加後半年以上経過した人を対象とした面接調査（調査 2）は、精神科デイケア 2 か所においてインタビューガイドに基づく半構造化面接を 20～30 分程度実施した。

面接内容は 1) IMR 参加前のリカバリーゴール、2) 1) を実現するための行動、3) 現在（終了後半年以降）のリカバリーゴール、4) 3) を実現するための行動、5) IMR に参加して役に立ったと思うことであった。参加前のことについては思い出してもらい、口頭で回答を得た。対象者の基本属性、デイケアの参加頻度及び就労の状況、終了後の入院の有無を尋ねた。面接内容は対象者の許可を得て筆記で記録した。

実施者を対象とした面接調査（調査 3）は、精神科デイケア 3 か所の IMR 実施経験がある職員を対象として、インタビューガイドに基づく半構造化面接を 20～30 分程度実施した。

面接内容は 1) 参加者同士の関係でリカバリーを促すのに効果的だと感じたこと、2) 参加者に対する実施者の関わりでリカバリーを促すのに効果的だと感じたことの 2 点であった。対象者の基本属性と IMR 担当経験をたずねた。面接内容は対象者の許可を得て録音した。

さらに、上記調査とは別に IMR を実施していない精神科医療機関に IMR を紹介しデイケアで実施する可能性をたずねた。

## 4. 研究成果

### 調査 1：IMR 参加者を対象とした質問紙調査

精神科デイケア 2 か所において 2017～2018 年に IMR に参加した 28 名のうち、途中で参加を中止した 8 名を除き本研究対象者は受講を完了した 20 名とした。開始前と終了後に記述された 1) リカバリーゴール、2) リカバリーゴールを実現するための行動について、テキストマイニングの手法を用いてその要素を抽出した。本研究では参加前後の頻出語と共起ネットワークを分析した。その結果、参加前は「形は何であれ仕事に就く」「稼いだ給料で生活する」「家庭を持つ」など“何かを得ること”がリカバリーゴールの特徴であった。仕事に関して終了後は「心が安定した状態で仕事に就く」「精神的・経済的に自立する」など“どのような状態で仕事をしたいか”

が表れていた。特に家族と同居する対象者に「精神的経済的な自立」を求める傾向がみられた。実現するための行動について、抽出語の上位は前後とも「デイケア」であり、デイケアに通所することが行動の中心になっていた。それに加えて終了後はデイケア以外での活動の記述が多くなり、行動の内容は他者とのかかわりや就労等のステップアップ、楽しみを作るなど具体的で多様になっていた。他者とのかかわりの記述が増えたのは、少人数のクローズドグループで数か月にわたり、参加者がお互いに情報共有やサポートをしながら疾患について学ぶプログラムの構造により、参加者同士のピアサポートの力がリカバリーを促進する可能性が推察された。

#### 調査2：IMR 終了から半年以上経過した人を対象とした面接調査

精神科デイケア 2 か所において 2017～2018 年に IMR に参加し終了後半年以上経過した人の中から研究参加に同意を得た 9 名を対象として面接調査を実施した。対象者の基本属性は男性 8 名、女性 1 名、30 歳代前半から 50 歳後半（平均 43.8 歳）、終了後 8 か月～1 年半であった。記録したデータを基に参加前と現在について回答された内容をコード化し、類似するコードのまとまりごとにカテゴリー化して整理し、質的に分析した。データの確実性について表にまとめた最終段階で対象者のうち再度の面接が可能であった 2 名に結果の解釈のチェックを依頼し同意を得た。パーソナルリカバリーへの長期的効果として、活動場所がデイケアから就労場所に移行したことでデイケアの参加頻度が減った人や就労継続 B 型事業所の利用と並行してデイケアへの通所を継続している人がいた。終了後から入院した人はなく、対象者は終了後、症状悪化した可能性は少なく希望する就労形態への変化やデイケア通所を継続できていることが考えられた。リカバリーゴールの変化をみると、参加前は「今まで目標が明確ではなかった」と目標がないと回答した対象者が数名いたが、現在、目標がないと回答した人はいなかった。リカバリーゴールを実現するための行動は、多様化した傾向があり、「1 人でバス旅行に行った」「遠い駅まで電車で行く計画を立てる」などデイケア外での行動の範囲を広げた人がいた。パーソナルリカバリーのアウトカムは多様であり、個々により内容は異なるので一律に判断するのは難しいが、対象者の症状の悪化は小さく、目標だった就労形態に変化した人がいたことや「目標がない」と答えた人はいなくなったことなどから、対象者のパーソナルリカバリーは終了後 8 か月～1 年半後も促進されていると考えられた。

参加して役立ったと思うことは、プログラムで学ぶ【目標設定と取り組み】【疾病マネジメント】とプログラムの構造の特徴である【仲間との情報共有】【コミュニケーションの際の自信】のカテゴリーに分類できた。目標設定と目標への取り組み、疾病マネジメントのスキルを得て日常生活に活かしたことで、参加者同士の交流によりコミュニケーションの自信が持て、仲間との情報共有により自分の病気に対する考え方が変化したこと等が推測された。

#### 調査3：IMR 実施者を対象とした面接調査

本研究対象施設は、調査 1、2 の対象施設を含み、参加者にとって IMR がリカバリーに役に立つものであったことが確認されている。対象者は研究協力を同意を得た 3 施設のデイケアに所属する看護師 5 名、精神保健福祉士 2 名、臨床心理士 2 名、ピアスタッフ 1 名、計 10 名で男性 3 名、女性 7 名、年齢は 20 歳代から 60 歳代（平均 45.5 歳）であった。2017～2020 年に IMR を実施し、1 クール 5 名、2 クール 2 名、3 クール 3 名の担当経験があった。

参加者同士の関係でリカバリーを促すのに効果的だと感じたことは【自己開示できる】【安心できる】【互いに学ぶ】【ロールモデルを得る】のカテゴリーに分類できた。特に【自己開示できる】ことについてコード数が多く、IMR が自分の病気や体験を話せる場であったことが明らかになった。これは IMR 参加者を対象とした先行研究の、参加者同士で話し合うこと、自己開示できること、つながりができることがパーソナルリカバリーに有益だったことを示す結果と一致した。実施者から見て、参加者同士が打ち解けて励ましあい、共感し、自己開示できることがリカバリーにつながると感じていたことは、IMR での自己開示に限らず、苦悩の経験や生活状況を開示することとリカバリーに正の相関があるという先行研究とも共通する。一方で、【互いに学ぶ】関係は「アドバイスする」「他のメンバーから学ぶ」ことが含まれ、一緒に学ぶメンバーがロールモデルになることに加え、卒業した人から話を聴く機会が設けられていることが語られた。IMR は単に疾病マネジメントの知識を得る場というだけでなく、他の参加者のリカバリーストーリーを聴くことや観察することによりロールモデルが得られる場であることが確認できた。参加者にとって現実的な目標や希望を得ることができ、ピアサポートとしての機能がプログラムに含まれていることが明らかになった。

また、実施者は、参加者にとって話しやすい雰囲気を作り、肯定的なフィードバックをするなど安心できるように関わり、参加者の発言と参加者同士のやり取りを促していた。さらに参加を継続できるよう促すとともにプログラムの組み立てを工夫し、参加者の希望や目標に沿って実現できるよう支援していた。参加者同士が安心して自己開示できる関係になったのは、少人数のクローズドグループで数か月にわたり、参加者が情報共有しながら学ぶプログラムの構造がもたらす影響とともに、安心して発言できる場を作ろうとする実施者の関わりがベースになっていたと考えられる。一方で、実施者は、希望や目標に沿いながら参加者とともに現実的に目標を修正して背中を押す関わりをしていた。IMR が参加者にとって安心して人との関わりを持てる場であるとともに、目標を明確にして、現実的に一歩踏み出す支援の場となっていることが推察

された。

上記調査とは別に、実施していない精神科医療機関4か所にIMRを紹介し、そのうち1か所のデイケアで開始することができた。感染症対策のため、研究期間内に医療機関を訪問すること自体が困難になったこともあり、対面で行うプログラムの導入と実施の支援は難しい状況であったが、紹介する過程において新しいプログラムを導入することは、医療機関内スタッフの研修や院内の周知、対象者の選定や既存のデイケアプログラムへの組み込みなどクリアすべき事項が複数あり、体系的でエビデンスがあるプログラムであっても実施するには簡単ではないことが推察できた。しかし、継続実施している医療機関では、デイケアでの就労プログラムや外来診療、訪問看護と連携して、デイケア利用者へのリハビリプログラムとして良い循環ができていることが見受けられた。

また、精神科看護職への研修会（オンライン）の一部として、参加者および実施者の意見交換の場を設け、県内複数の精神科デイケアでの実施状況や実施の工夫を共有することができた。参加者から参加して良かったことの発表、実施者から研修資料の管理や宿題の出し方、終了後の評価等具体的な実施方法の工夫について情報共有がなされた。これから自施設で実施を検討しているデイケアスタッフの参加もあり情報共有とともに交流の場となった。

なお、参加前後における生活満足度尺度及びリカバリー志向尺度について継続してデータを収集し分析を行ったが、2018年に発表した研究と同様の結果であったため追加発表は行わなかった。

## 5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計3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 1件）

|                                                              |                     |
|--------------------------------------------------------------|---------------------|
| 1. 著者名<br>杉本圭以子 森崎令士                                         | 4. 巻<br>19          |
| 2. 論文標題<br>精神科デイケアにおけるリカバリー支援プログラム（IMR）：パーソナルリカバリーの促進に影響する要因 | 5. 発行年<br>2021年     |
| 3. 雑誌名<br>看護科学研究                                             | 6. 最初と最後の頁<br>13-20 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>10.20705/jjnhs.19.1_13            | 査読の有無<br>有          |
| 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>杉本 圭以子                           | 4. 巻<br>24(1)   |
| 2. 論文標題<br>精神科デイケアにおけるIMR参加者のパーソナルリカバリーの変化 | 5. 発行年<br>2020年 |
| 3. 雑誌名<br>精神障害とリハビリテーション                   | 6. 最初と最後の頁<br>- |
| 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>有      |
| 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>杉本 圭以子                                                    | 4. 巻<br>26(1)       |
| 2. 論文標題<br>精神科デイケアにおけるIMRの参加者同士の関係と参加者に対する実施者の関わり - リカバリー促進に有効な関係とは | 5. 発行年<br>2022年     |
| 3. 雑誌名<br>精神障害とリハビリテーション                                            | 6. 最初と最後の頁<br>65-72 |
| 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>有          |
| 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>杉本 圭以子                                      |  |
| 2. 発表標題<br>精神科デイケアにおけるIMR参加者のリカバリー促進に効果的な参加者と実施者の援助的関係 |  |
| 3. 学会等名<br>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<br>2021年                                        |  |

|                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------|
| 1. 発表者名<br>杉本 圭以子                                               |
| 2. 発表標題<br>精神科デイケア・就労継続支援B型事業所におけるIMRの実践状況 - 大分県内複数機関への支援を通して - |
| 3. 学会等名<br>日本精神障害者リハビリテーション学会第27回大阪大会                           |
| 4. 発表年<br>2019年                                                 |

|                                                  |
|--------------------------------------------------|
| 1. 発表者名<br>杉本 圭以子                                |
| 2. 発表標題<br>IMR実施経験による精神科デイケアスタッフのリカバリーに対する考え方の変化 |
| 3. 学会等名<br>日本精神保健看護学会第32回学術集会                    |
| 4. 発表年<br>2022年                                  |

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

|                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 精神科デイケアにおけるリカバリー支援心理教育プログラムの標準的実施の可能性<br><a href="https://imr-project.com">https://imr-project.com</a> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| 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 |

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