様式Ｃ－１９

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成 25 年　6 月　7 日現在

機関番号：32620
研究種目：基盤研究（C）
研究期間：2010～2012
課題番号：22592619
研究課題名（和文）精神科デイナイトケアにおける感情活用能力促進プログラムの開発と有効性の評価
研究課題名（英文）Development of Emotional Literacy Program at a psychiatric day night treatment center, and evaluation of effectiveness.
研究代表者
小谷野康子　（KOYANO YASUKO）
順天堂大学・医療看護学部・准教授
研究者番号：50307120

研究成果の概要（和文）：
本研究の目的は、精神科外来デイナイトケアにおける感情活用能力促進プログラムの有効性を明らかにすることである。弁証法的アプローチを用いた当該プログラムに衝動性コントロールの目的で１年以上参加している患者１事例にインタビューを実施して介入後の変化についてグラウンデット・セオリー・アプローチを用いて質的帰納的に分析した。
当該プログラムは、患者の感情制御、思考の修正、行動の変化に貢献していた。その結果、患者は社会での新しい役割に関与し、健康的で現実的な生活を模索する新たな生き方を獲得していた。
研究成果の概要（英文）：
Purpose:The purpose of the present study was to elucidate the efficacy of the emotional literacy program conducted by the authors.
Methods:We carried out an interview of a subject of one case with the problem of “impulsiveness,” who had been attending the program for over a year, and a qualitative inductive analysis was conducted by using the grounded theory approach.
Results:The skill training influenced the consciousness of the patient and contributed to the control of feelings, correction of thoughts, and change of actions. As a result, the patient adopted a new role in society and a new outlook of life to lead a healthy and realistic life.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2010 年度	1,300,000	390,000	1,690,000
2011 年度	1,100,000	330,000	1,430,000
2012 年度	700,000	210,000	910,000
総　計	3,100,000	930,000	4,030,000

研究分野：精神看護学
科研費の分科・細目：基礎看護学
キーワード：弁証法的行動療法、マインドフルネス、情動知能、情動コントロール、精神科デイケア、認知行動療法、感情調節困難、看護師

１．研究開始当初の背景

社会環境の変化により個人にかかるストレスは増大し、この 20 年間にうつ病の受診患者数はおよそ５倍になっている。2005 年度患者調査によると精神科外来受診患者で最も多いのは気分障害の 89 万 6 千人、ついで神経症性障害・ストレス関連障害等 58 万人でこれらの障害が受診患者の 57%を占めている。2007 年に発表された WHO による世界精神保健調査では、先進国、発展途上国を含めた

世界17ヶ国の調査で、18歳から34歳までの気分障害患者が有意に多く日本において特にその傾向が強い(Kessler,R.C.Angermeyer,M.Antony,J.C.et al.2007)ことが明らかになった。従来のメランコリー親和型うつ病に対する治療モデルは投薬と休養が中心で薬物の反応も良好であったが、うつ病の典型モデルではない新しいタイプのうつ病群が増加し(多田、2009)、多様化したうつ病はこれらで回復に至らないことも多い。感情の病理といわれる「多様化したうつ」に対し薬物療法に偏らず心理社会的治療をも取り入れた細やかな介入が求められている。

Saloveyと Mayerは、感情の適応性に関する研究に基いて、「感情知性」Emotional Intelligence の概念を打ち出した(Salovey, P.,& Mayer, J. D. 1990.)。「感情知性」は感情と統合された知性を意味している。その中心概念である「感情活用能力」Emotional Literacyは、感情知性と同義語として用いられることもあるが、感情の自覚と理解を通じた自己表現能力を意味する。また同時に他者の感情を前向きに認めたり、生活の質を高めるために肯定的に感情を表現したり抑えたりする能力(Golman,D. 1995)である。この概念は、1990年代半ばからビジネス界において対人関係を円滑にし、生産性を高めるための実践モデルとして米国やわが国の企業において活用されてきたが、欧米では感情をコントロールするための社会的・感情的学習Social and Emotional Learning (SEL)として学校教育にも導入され、成果を上げている(Maurice Elias. 2003)。この学習では対人学習能力である社会的スキルと並んで「感情活用能力」Emotional Literacy の学習が中心となる。一方で治療モデルとしての実践は、米国アリゾナ州にある薬物依存者等の社会復帰施設「アミティ」AMITY の回復のためのプログラムとしても知られ、この施設のプログラムを受けたメンバーは、他の施設のメンバーに比べ回復に繋がっている(坂上香、2002)。感情活用能力の低さと精神疾患との関連に対しTaylor (2005)は、アレキシサイミア(失感情症)の概念を報告し、治療への示唆として感情処理の困難さを抱える患者の治療には洞察を志向するだけの形式の心理療法にうまく反応しないため、患者の感情への自覚、悩ましい感情状態に耐える能力、ストレス状況を管理するための情報源として「感情」を用いることに焦点を当てることの重要性を示し、また心理療法の有効性の研究が報告されている(Belesnevaite,M,2000)。このように心理社会的治療としての「感情活用能力」促進プログラムは、多様化した抑うつ患者・感情調整困難な患者の感情変容をもたらし回復への介入として大いに期待される。

２．研究の目的

本研究は、精神科外来付設デイナイトケアでのプログラムにおいて、情動の安定化を目的とした弁証法的行動療法(dialectical behavior therapy：以下DBT)の4つのモジュールのうち「苦悩耐性」「マインドフルネス」のスキルトレーニングを受けた衝動性コントロール困難な患者の、介入後の感情変容のプロセスにはどのような順序・通過点やテーマがあるのか、その変化を質的帰納的に明らかにすることを目的にした。

３．研究の方法

１）弁証法的行動療法スキルトレーニングの実施

当該プログラムは、週に1回、90分、10名までのオープン形式のグループで行なわれている。毎回のセッションの構成は、(Judith, Beck23)による認知療法の構造化を参考にした。弁証法的アプローチのスキルトレーニングは、MckayらによるDBTの方法論を用いて実施し、毎回のセッションで内容を要約した資料を配布した。また、プログラム担当者は看護職1名であり、日本認知療法学会等の研修を受講し訓練を受け実施している。

２）研究対象と分析方法

Mckay らによる方法論に従って、「苦悩耐性」スキルと「マインドフルネス」のセッションに、1年間にわたってその期間のほぼすべてのセッションに参加していた衝動性コントロールに困難を抱えた1事例に、プログラム参加後どのような変化が起こったかを中心に半構造化インタビューを実施した。データはストラウス・コービン版のグラウンデッド・セオリー・アプローチ(以下GTA)を用いて分析した。また、参加観察などの記録も結果を補完するデータとして使用した。

４．研究成果

「苦悩耐性」スキルと「マインドフルネス」を中心とした DBT のスキルトレーニングは、【理論を咀嚼した上で実践に結びつける作業】により、無意識に選択していた自らの対処行動を肯定的に捉えるようになり、患者の感情変容に働きかけ、≪意識化による行動の意味づけの変化≫を容易にした。≪効果を実感したスキル≫は、A氏の感情コントロールに実感できる変化をもたらし、≪将来の目標に向けての行動≫を起こすという健康的で現実的な新たな生き方を模索するような変化をも生じさせたことが明らかになった。

本研究の結果から、弁証法的行動療法スキルトレーニングを実施するにあたり、中心となるカテゴリーで生成された【理論を咀嚼し

た上で実践に結びつける作業】を促進する働きかけが重要であると考えられた。

明らかになった構造モデルより、看護援助で必要なこととして、行動分析や解決法分析など理論を整理し患者に伝えていくこと、理論に基づく実践方法のバリエーションを増やして具体的なスキルを患者に伝えていくこと、スキルの効果が実感できた経験を意識化させること、問題解決のための行動療法とマインドフルネスをバランスよく取り入れたセッションの内容とすることなどが考えられた。看護援助は患者との対人関係を軸として提供され、看護者と患者との相互作用が作業同盟にも影響することから、提供するスキルトレーニングや行動分析の看護者側の訓練にとどまらず、患者との治療的関係を構築していくことの重要性が示唆された。

５．主な発表論文等
（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計６件）

① 小谷野康子、森真喜子、宮本真巳：感情調整困難な患者に対する弁証法的アプローチによる感情変容プロセスの質的分析 ―「苦悩耐性」と「マインドフルネス」スキルトレーニングの介入効果―、医療看護研究、査読有、2巻、2013.（投稿中）

② 小谷野康子、立石彩美、宮本真巳：平成24年度順天堂精神医学研究所紀要、査読なし、2012. P.113-P.118、The effectiveness of skill training for dialectical behavior therapy-Qualitative effect analysis of one case with the problem of impulsiveness -

③ 小谷野康子、立石彩美、宮本真巳：平成23年度順天堂精神医学研究所紀要、査読なし、2011. P.95-P.100、Development of the Depression relapse prevention program using a dialectical approach

④ 立石彩美、小谷野康子：対人援助職へのマインドフルネス・トレーニングの効果、査読有、医療看護研究会誌 8(1)、2011.P.16-P.23

⑤ 小谷野康子、宮本真巳、柴崎美紀：平成22年順天堂精神医学研究所紀要、査読なし、2010. P.92-P.99、Develop of an Affect control Program using a dialectical behavior therapy

⑥ 小谷野康子、宮本真巳、斉藤学：日本嗜癖行動学会誌・アディクションと家族、27(2)、査読なし、2010.P.123-P.132、

〔学会発表〕（計８件）

① Yasuko Koyano：Efficacy of an Emotional Literacy Program Adopting Dialectic Behavioral Therapy
－ Assessment with qualitative analysis － Sigma Theta Tau International's 23nd International Nursing Research Congress、2012年7月30日、ブリスベンコンベンションホール（Brisbane）

② Yasuko Koyano、Nahoko Harada：A review of the literature on nursing and emotional intelligence、The 9th International Conference of the Global Network of WHO Collaborating Centers for Nursing and Midwifery、2012年6月30日、神戸ポートピアホテル(Kobe)

③ Ayami Tateishi、Yasuko Koyano、Development of Mindfulness Training for Japanese Nurses to Encourage Vigor and Enthusiasm in the Hospital、International Society of Psychiatric-Mental Health Nurses (ISPN) Annual Conference、2012年3月27日ハイアットリージェンシーホテル(Atlanta)

④ Yasuko Koyano、Ayami Tateishi：Development of a depression relapse prevention program using a dialectical approach
－Addition of a system that enhances coping behavior by means of a Wellness Recovery Action Plan－、International Society of Psychiatric-Mental Health Nurses (ISPN) Annual Conference 2012年3月27日、ハイアットリージェンシーホテル(Atlanta)

⑤ Yasuko Koyano：Characteristics of、and Analysis of the Factors having an Influence on、Emotional Intelligence of Nurses in Japan、Sigma Theta Tau International's 22nd International Nursing Research Congress、2011年7月11日、(Cancun)

⑥ Yasuko Koyano：Development of an Emotional Literacy Program for nurses incorporating the concept of mindfulness、The 2nd International Nursing Research Conference of World Academy of Nursing science 2011年7月14日、ムーンパレスホテル(Cancun)

⑦ Yasuko Koyano：Development of the Depression relapse prevention program using a dialectical approach、International Society of Psychiatric-Mental Health Nurses (ISPN) 13th Annual Conference 2011年3月30日、ハイアットリージェンシーホテル(Tucson)

⑧ 小谷野康子、立石彩美、森真喜子、小泉仁子、宮本真巳：弁証法的アプローチを用いた情動コントロール促進プログラムの開発－感情管理型プログラムとの融合－、第８回日本うつ病学会 2011 年７月１日(大阪市)

６．研究組織

(1)研究代表者

小谷野康子　(KOYANO YASUKO)
順天堂大学・医療看護学部・准教授
研究者番号：30209952

(2)研究分担者

宮本　真巳 (MIYAMOTO MASAMI)
東京医科歯科大学大学院・保健衛生学研究科・教授
研究者番号：30209952

森　真喜子(MORI MAKIKO)
北里大学・看護学部・准教授
研究者番号：80386789

立石　彩美(TATEISHI AYAMI)
順天堂大学　医療看護学部・助教
研究者番号：00514861