

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 26 年 6 月 2 日現在

機関番号：22604

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2011～2013

課題番号：23500807

研究課題名(和文) 精神障害をもつ当事者参加型研究によるワークライフバランス再構築度尺度の開発

研究課題名(英文) Developing the work-life balance scale through participatory research with mental health service users

研究代表者

谷村 厚子 (TANIMURA, Atsuko)

首都大学東京・人間健康科学研究科・准教授

研究者番号：70315761

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 4,000,000円、(間接経費) 1,200,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、人間作業モデルを理論的背景に、当事者参加型アクションリサーチの手法とノミナルグループテクニックを用いて参加当事者の学習とリカバリーを促進し、ワークライフバランスを改善するとともに、内容妥当性の高いワークライフバランス尺度を開発することができた。さらに、108名の精神保健サービス利用者を対象に調査を実施し、尺度の信頼性と妥当性を検討した。その結果、高い信頼性(内部一貫性)と中等度の基準関連妥当性が示された。因子分析では5因子が生成され、因子分析結果は調査データに適合していると判断された。

研究成果の概要(英文)：We could develop the work-life balance scale that obtained high contextual validity through a participatory action research method and nominal group techniques, following the Model of Human Occupation. Participants encouraged their learning and recovery, and improved their work-life balance, too. In addition, we administered research to 108 mental health service users and examined reliability and validity of the scale. The results indicated high reliability (internal consistency) and mild criterion-related validity of it. Five factors were formed through factor analysis and we interpreted the results of the factor analysis fit the research data of the scale.

研究分野：作業療法学

科研費の分科・細目：健康・スポーツ科学・応用健康科学

キーワード：精神保健尺度開発 ワークライフバランス 人間作業モデル リカバリー 当事者参加型研究 ノミナルグループテクニック

1. 研究開始当初の背景

我が国では、社会全体の労働力不足の深刻化、生産性の低下、活力の衰退、少子化の急速な進行、地域社会のつながりの希薄化から、目指すべき社会の姿として、「国民一人ひとりがやりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たすとともに、家庭や地域生活などにおいても、子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて多様な生き方が選択・実現できる社会」と定義される仕事と生活の調和(ワークライフバランス)憲章を掲げた¹⁾。仕事と生活の調和が実現した社会では、「就労による経済的自立」「健康で豊かな生活のための時間の確保」「多様な働き方・生き方の選択」が可能であるとされており¹⁾、メンタルヘルスの問題を改善する、あるいは、問題の生起を予防するためにも重要な事柄であると考えられる。

しかし、精神障害をもつ当事者は、その症状と障害のためにワークライフバランスを保つことが困難であり、たとえ症状や障害が続いたとしても、人生の新しい意味や目的を見出し、充実した人生を生きていくプロセスであるリカバリー²⁾を促進する方略が必要となる。

ところで筆者は、人間作業モデル(Model of Human Occupation: MOHO)³⁾を背景とした、精神障害をもつ当事者が望む生活をするための方略を系統的・構造的に学びあえる集団作業療法プログラムを実施している。本プログラムは、地域在住の当事者を対象に、心身を健康に保つための(ダイエット)食事と運動)、家事、楽しみ、リラックスの仕方といったテーマのセッションで、講義を受け、集団で話し合い、実践するものである。またプログラム参加者は、自分の問題を把握して目標を定め、問題を解決する方略を体験している。このプログラムのリカバリー過程の促進における有用性については、これまでに報告している^{4,5)}が、参加者がプログラム中に学び気づく過程は、まさに、アクションリサーチへと発展し、プログラム終了後のアドバンストプログラムへの継続が可能と考えられた。

アクションリサーチは、質的研究の形態の1つであり、その定義には以下の重要な点が含まれている。第1は現場の人たちも研究に参加する「参加型」の研究、第2は現場の人たちとともに研究作業を進めていく「民主的な活動」、第3は学問的な成果だけではなく、「社会そのものに影響を与えて変化をもたらす」ことをめざす研究活動という点である⁶⁾。研究に参加し活動する「現場の人」が、当事者を支援する専門職だけではなく当事者自身であったならば、リカバリー²⁾の促進に大いに寄与するものと考えられる。また、アクションリサーチの有力な方法論の1つであるソフトシステム方法論(Soft Systems Methodology: SSM)は、当事者が問題と思われる状況に改善をもたらすために、その状況にかかわっている人々のあいだに、原則と

して終わることのない学習サイクルを活性化させる⁷⁾。海外で実施された当事者参加型のアクションリサーチでは、「当事者と研究者・サービス提供者の協働関係の構築」「参加者の参加型経過の経験」「サービス・プログラムの有用な評価、改善、開発」といった成果を上げているが、精神保健福祉サービスの利用者が参加当事者である研究は比較的少ない⁸⁾。我が国では、そもそも「研究」として発表されているものが少ない。本研究の理論的背景には、人の日常活動の組織化を説明するモデルである人間作業モデル(Model of Human Occupation: MOHO)³⁾を活用する。このモデルは、人の生活を「意志(volition)」「習慣(habituation)」「遂行(performance)」の3つのサブシステムからなる開放システムと捉えている。アクションリサーチにおいて、研究参加者が自身のライフワークバランスをMOHOの視点で振り返ることは、問題の理解を深め、問題を共有することに有効であり、ワークライフバランス尺度の質問項目の作成を容易にすると考えられる。

また参加当事者が、実際の尺度開発の過程に関与し、研究者と協働関係を構築しながら調査に協力することで、当事者の意見を反映した内容妥当性の高い尺度の開発が可能となると同時に、参加当事者のリカバリーの促進とワークライフバランスの改善が期待できる。

2. 研究の目的

本研究では、MOHOを理論的背景として当事者参加型アクションリサーチの手法を用い、精神障害をもつ参加当事者のリカバリーを促進しワークライフバランスを改善するとともに、有用なワークライフバランス尺度を開発する。

3. 研究の方法

(1) 問題の共有

3 地域の地域活動支援センターまたはデイケアを利用する精神障害をもつ当事者を対象に、MOHOを背景とした、精神障害をもつ当事者が望む生活をするための方略を系統的・構造的に学びあえる短期版(3ヵ月・10回)集団作業療法プログラムを実施し、事前学習を促進した。

事前学習終了後、各地域の当事者を対象に、ワークライフバランスに関する問題を検討し共有することを目的として研究参加者を募集した。

参加者

本研究協力を承諾を得られた精神保健サービス利用者22名、Aグループ7名(男性3名、女性4名)、Bグループ9名(男性6名、女性3名)、Cグループ6名(男性4名、女性2名)であった。

手続き

各グループで、アクションリサーチの有力

な方法論の1つであるソフトシステム方法論 (Soft Systems Methodology: SSM)⁷⁾ を利用し、下記の段階に沿ってグループワークを3回実施した。<1回目>ステージ1:個人で、自分の考えや思いを絵や文にしてみる。ステージ2:お互いの考えや思いを知り合う。<2回目>ステージ3:「Zのために、Yによって、Xするシステム」という形のいくつかの根底定義にまとめる。<3回目>ステージ4:システムを稼働するために必要な活動を動詞で表現する。

(2)尺度開発 ~nominal group techniques の実施~

(1)で得られた「システムを稼働するために必要な活動」を尺度項目案とし、各項目の妥当性をグループで議論し、ある程度の合意を得ることを目的として研究参加者を募集した。

参加者

本研究協力を承諾した3グループの利用者20名、Aグループ8名(男性4名、女性4名)、Bグループ5名(男性4名、女性1名)、Cグループ7名(男性2名、女性5名)であった。

手続き

次の順序で nominal group techniques⁹⁾ を利用した。ステージ1:参加者各自で項目の妥当性を評定する。ステージ2:参加グループの点数分布を参加者に提示する。ステージ3:参加グループで項目の妥当性を議論する。ステージ4:再度、ステージ1と2を実施する。

(3)尺度開発 ~尺度の信頼性・妥当性・適合性の検討~

対象者

精神科を受診し服薬して症状が安定している精神保健福祉医療サービス利用者のうち、本研究協りに同意を得られた男性68名、女性40名、計108名、平均年齢46.9±12.7歳であった。

手続き

使用した調査用紙は、基本情報を記入するフェイスシート、ワークライフバランス尺度、日本語版 Recovery Assessment Scale (以下、RAS)¹⁰⁾、日本語版 Short-Form Health Survey (以下、SF-8TM)¹¹⁾、作業に関する自己評価 (Occupational Self Assessment、以下、OSA)¹²⁾ であった。

調査実施会場は研究協力者が利用する施設内とした。本研究の応募者に、ID番号を振ったフェイスシート、ワークライフバランス尺度、RAS、SF-8TM、OSAを配付して記入を依頼し、記入終了後の質問紙を回収した。

データの分析方法

信頼性(内部一貫性)、基準関連妥当性、因子妥当性、適合度を検討するために、クロンバックの係数による分析、スピアマンの相関係数による分析、因子分析を実施した。

4. 研究成果

(1)問題の共有

まとめられた根底定義は、Aグループでは、「A-1. 体調管理をするために、運動を取り入れ規則正しい生活をすることによって、生活リズムを整えるシステム」「A-2. 地域の人と知り合うために、イベントに参加することによって、周りの人とコミュニケーションを取るシステム」「A-3. ご近所づきあいを気持ちよくするために、あいさつすることによって、円滑な人間関係を築くシステム」であった。Bグループでは、「B-1. よりよく生きるために、作業所等に通って、自立という夢をかなえるシステム」「B-2. ストレスをためないために、静かな環境やにぎやかな環境を利用して、発散するシステム」であった。Cグループでは、「C-1. 毎日楽しく暮らすために、家の外に出る/デイケアに通うことによって、健康を維持するシステム」「C-2. 気持ちを豊かにするために、身のまわりの物・人を整えることによって、生活をやすくするシステム」であった。各システムを稼働するために必要な活動は、7~28個の動詞で表現された。

年代別に参加者の意見をまとめると、40歳未満は、自立がテーマとなりやすく、症状の影響が大きいために対処技能を獲得する必要があることが明らかになった。また、40歳以上は、QOLの向上と健康の維持がメインテーマとなり、ライフイベントを乗り越えた経験を活用できることがわかった。

各グループの参加者は、グループワークでSSMの段階を踏み、自身の生活を振り返りつつグループで問題を共有し、気づき納得する過程を体験することで自身の学習を促進できたと考えられた。本研究のような「まじめな話題をざっくばらんに話せる機会」は、参加者の考えを引き出し、難しいテーマを身近な内容に落とし込んで扱うことができると思われた。

各グループでまとめられた根底定義には、自身の環境調整または技能向上という特徴があり、その共通点は、周囲の環境と関わることであるといえた。複数のグループでアクションリサーチを開催したことで、様々な年代の様々な個人の思いや考えが引き出され、それらの思いや考えが豊かなワークライフバランス改善策として創発したと考えられた。

(2)尺度開発~nominal group techniques の実施~

項目案の全54項目中9、17、23項目が各グループで中央値、最小値が7以上となり、「高い妥当性」の明らかな合意を得た。3グループ全体では、「高い妥当性」の明らかな合意を得たのは5項目であった(表1)。

参加者は、各項目が一般の当事者のワークライフバランス測定に妥当であるか自分の生活を振り返りながら議論し、合意に達した。これらの項目は、当事者の意見を反映し、内

妥当性が高いものと考えられた。

表1 各グループ参加者の項目に対する妥当性の評点

items	median			max			mini		
	Group A	Group B	Group C	Group A	Group B	Group C	Group A	Group B	Group C
	I go to bed early and get up early.	9	9	9	9	9	9	8	9
I exchange greetings with people voluntarily.	8.5	9	8	9	9	9	7	8	7
I am good at relaxing myself.	9	8	9	9	9	9	8	7	7
I send money relevantly.	9	8	9	9	9	9	8	8	7
I read the newspaper, access the news.	9	8	9	9	9	9	8	7	8

(3) 尺度開発～尺度の信頼性・妥当性・適合性の検討～

ワークライフバランス尺度項目の信頼性分析の結果、クロンバックの係数は 0.91 となり、項目の信頼性(内部一貫性)は高いことが明らかになった。

また、ワークライフバランス尺度と、RAS、SF-8TM、OSA の作業有能性尺度間の相関分析の結果、ワークライフバランス尺度の各項目と他各尺度の大部分の項目間において、スピアマンの相関係数 $r_s = .19 \sim .66$ ($P < .01, .05$) の中等度から低い正の相関が見られた。以上より、ワークライフバランス尺度は、リカバリー、健康関連 QOL、作業有能性と関連がある概念を測定することができたといえ、基準関連妥当性は保たれたものと考えられる。

さらに、最尤法、プロマックス回転による因子分析を実施した。検討後、因子数を 5 因子に決定し、「第 1 因子：人づきあいの維持」「第 2 因子：能力の向上と最大限の発揮」「第 3 因子：生活の維持と向上」「第 4 因子：生産的活動技術の向上」「第 5 因子：積極的な勉強」と命名した(表 2)。適合度検定の結果は、 $df=131$ 、 $P=0.07$ となり、因子分析結果がデータに適合していると判断された。

因子分析後に 4 項目が除外項目となったが、標本による因子の変動が考えられることと、「Q1 早寝早起きをする」「Q4 お金を大事に使う」の項目は、(2)の研究において、3 グループ全体で「高い妥当性」の明らかな合意を得たことから、項目の調整には、今後さらなる検討が必要である。

なお、研究開始当初は尺度名を「ワークライフバランス再構築度尺度」とする予定であったが、「再構築度」とは、ワークライフバランスを 2 度測定したその間の変化量であることから、開発した尺度は「ワークライフバランス尺度」と命名することとした。

(4) 得られた成果の意義と今後の展望

精神障害をもつ参加当事者が、実際の尺度開発の過程に関与し、研究者と協働関係を構築しながら調査に協力することで、当事者の意見を反映した内容妥当性の高い尺度の開発が可能となった。さらに、調査研究の結果、その尺度は信頼性、妥当性、適合度の高い有用な「ワークライフバランス尺度」であると考えられた。

表 2 ワークライフバランス尺度の各項目の因子負荷行列 (n=108)

項目	第1因子	第2因子	第3因子	第4因子	第5因子
第1因子：人づきあいの維持					
Q25 皆とお茶を飲む	0.77	-0.12	-0.11	0.19	0.01
Q12 皆とお茶を飲む	0.75	0.15	-0.06	-0.08	0.09
Q26 人と話をする	0.67	0.04	0.06	0.24	-0.34
Q 2 こちら側からあいさつする	0.59	0.11	-0.03	-0.08	0.21
Q13 同じ立場の人たちが話し合える機会に参加して話す	0.52	-0.19	0.21	0.12	0.11
Q 8 つきあう人を選ぶ、調節する	0.44	0.21	0.15	-0.10	-0.05
Q 7 外に出かける、または外の空気を吸う	0.44	-0.28	0.44	0.05	0.21
Q23 疲れを取るために寝る	0.42	0.40	-0.05	-0.03	0.01
第2因子：能力の向上と最大限の発揮					
Q20 次に何が自分が必要か自分で考える	-0.17	0.86	0.11	0.07	0.03
Q21 人の良いところを取り入れる	0.02	0.62	0.08	0.17	-0.19
Q19 わからないことを調べる	0.04	0.49	0.04	0.02	0.19
Q22 よいもの、必要なものを選んで買う	0.29	0.45	0.17	-0.09	0.01
Q18 開始時間より早めに到着する	0.07	0.44	-0.13	0.26	0.19
第3因子：生活の維持と向上					
Q24 趣味を持つ	-0.01	0.09	0.67	0.02	-0.15
Q11 自分なりに歩くことや運動を生活に取り入れる	-0.25	-0.05	0.62	0.42	0.04
Q 5 新聞を読む、またはニュースを見る(社会情勢を把握する)	-0.17	0.23	0.59	-0.07	0.20
Q 6 自分のできることを増やす	0.14	0.04	0.57	0.11	0.02
Q 9 バランスの良い食事を食べる	0.25	0.02	0.46	-0.13	-0.08
Q 3 上手に力を抜く	0.21	0.13	0.42	-0.23	-0.04
第4因子：生産的活動技術の向上					
Q15 就労に向けて訓練する	0.17	0.09	-0.18	0.68	0.22
Q16 技術を向上させる	0.02	0.14	0.19	0.58	0.09
第5因子：積極的な勉強					
Q17 講習会などに出席して勉強する	0.11	0.09	-0.03	0.29	0.66
累積寄与率 (%)	31.67	37.78	43.03	47.27	50.67
除外項目					
Q14 作業所、支援センター、デイケア、学校、職場などに通う	0.36	-0.07	0.06	0.09	0.22
Q 4 お金を大事に使う	-0.22	0.30	0.23	0.04	0.12
Q10 お金の貸し借りはしない	0.03	0.23	0.16	-0.01	0.01
Q 1 早寝早起きをする	0.14	0.22	0.18	-0.02	0.17

最尤法，プロマックス回転
除外項目の因子負荷は除外前のもの

同時に、参加当事者は研究参加の過程で自身の生活を振り返り、問題を他の当事者および研究者と共有し、ワークライフバランスの改善に向けて自身の学習を促進することができた。

今後は、ワークライフバランス尺度の最終的な項目調整を行い、調査研究を継続して本尺度の決定版を作成する必要がある。さらに、精神保健福祉医療サービスの発展のために、本尺度の決定版を用いたサービス効果の測定について研究する必要があると考えられる。

また、本研究参加の過程で当事者自身の学習の促進が認められたことから、当事者のワークライフバランス改善向上のためには、

当事者参加型アクションリサーチの発展、その機会の増加が望まれると考える。

<文献>

- 1) 内閣府 「仕事と生活の調和推進」:
<http://www8.cao.go.jp/wlb/index.html>
- 2) Anthony W A: Recovery from mental illness: The guiding vision of the mental health service system in the 1990's. Psychosocial Rehabilitation Journal, 16:11-23, 1993.
- 3) Kielhofner G: A Model of Human Occupation: Theory and Application. Williams & Wilkins, 1995.
- 4) 谷村厚子, 山田 孝: 地域在住の精神障害者に対する集団作業療法プログラムの開発と有効性 - 実施群と対照群の比較 - . 作業療法 28 (2): 134-149, 2009 .
- 5) 谷村厚子, 山田 孝, 井上 薫: 精神障害をもつ当事者の地域作業療法プログラムの開発 ~ 参加者の変化の分析を中心に ~ . 作業行動研究 12 (2): 82-94, 2009 .
- 6) Meyer J (矢部正浩・訳): 7. アクションリサーチで質的方法を使う . Pope C & Mays N, eds (大滝純司・監訳) : 質的研究実践ガイド 保健・医療サービス向上のために, 第1版, 医学書院, 東京, 2005, p63 .
- 7) 内山研一: 現場の学としてのアクションリサーチ - ソフトシステム方法論の日本再構築 - . 白桃書房, 東京, 2007 .
- 8) 谷村厚子, 山田 孝: 精神障害をもつ当事者参加型のアクションリサーチ ~ 2005年1月から2010年7月の文献レビューより ~ . 作業行動研究 14 (2): 123, 2010.
- 9) Jones J, Hunter D: 第7章 Delphi process や nominal group による保健・医療サービスの研究 . Pope C, Mays N 編集, 大滝純司監訳: 質的研究実践ガイド 保健・医療サービス向上のために, 医学書院, 東京, 2005, p 44 ~ p 53 .
- 10) 千葉理恵, 宮本有紀, 川上憲人・他: 2008 (平成20)年度(財)在宅医療助成 勇美記念財団 在宅医療助成(一般公募)完了報告書 精神疾患を有する人を対象とした、日本語版リカバリー評価尺度の開発と、リカバリーの関連要因に関する研究 .
<http://www.zaitakuiryo-yuumizaidan.com/data/file/data1_20091104101310.pdf> Accessed 2013 August 23 .
- 11) 福原俊一, 鈴鴨よしみ: SF-8 日本語版マニュアル . NPO 健康医療評価研究機構, 2004 .
- 12) Baron, K, Kielhofner, G, Iyenger, A, Goldhammer, V & Wolenski, J (山田孝・石井良和・訳) : OSA 作業に関する自己評価使用者用手引き 改訂第2版 . 日本作業行動研究会, 2004 .

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2件)

谷村厚子, 当事者参加型精神科作業療法研究に至る道程、作業行動研究、査読無、Vol.17、No.4、2014、pp.202-204
中根順子, 谷村厚子, 地域活動生活支援センターの主体的な利用が対象者のリカバリーに与えた影響の検討、東京作業療法、査読有、Vol.2、2014、pp.25-31

[学会発表](計3件)

Tanimura A, Ishii Y, Yamada T, Examining the contextual validity of the work-life balance scale through participatory research with mental health service users, 16th International Congress of the World Federation of Occupational Therapists, Yokohama, Japan, June 18-21, 2014
Tanimura A, Ishii Y, Outcomes of the community-based participatory action research by users of mental health services, World Psychiatric Association International Congress 2013, Vienna, Austria, October 27-30, 2013
谷村厚子, 石井良和, 山田 孝, 精神保健サービス利用者による当事者参加型アクションリサーチの成果、第47回日本作業療法学会、大阪国際会議場(大阪) 2013年6月28-30日

6 . 研究組織

(1)研究代表者

谷村 厚子 (TANIMURA, Atsuko)
首都大学東京・人間健康科学研究科・准教授
研究者番号: 70315761