

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 21 日現在

機関番号：26401
 研究種目：研究活動スタート支援
 研究期間：2011～2012
 課題番号：23890191
 研究課題名（和文） 介護者のエンハンスメント・プログラムにおけるファシリテーター養成プログラムの開発
 研究課題名（英文） Research on development of the enhancement program facilitator for the family caregiver with older adults
 研究代表者
 藤田 冬子 （ FUJITA FUYUKO ）
 高知県立大学・看護学部・教授
 研究者番号：60612538

研究成果の概要（和文）：

「介護者のエンハンスメント・プログラムにおけるファシリテーター養成プログラム」は3つの介護領域である「心配事の解消」「食事の介護」「暮らしのリズムを整える」からなる。それぞれの所要時間は3時間とした。プログラム概要は、介護者についての理解を深める、エンハンスメント・プログラムの紹介、介護者募集と参加手続き、プログラムの評価、評価インタビュー、DVDによるプログラムの解説とした。

研究成果の概要（英文）：

The enhancement program facilitator for the family caregiver with older adults consists of three areas. Our program addressed the following three aspects of caregiving: 1) coping with anxiety; 2) care related to meals; and 3) leading a well-balanced life. Each program session required 3 hours. The program outline were Understands a caregiver, Introduction of the enhancement program for the family caregiver with older adults, Procedure of participating collection, Evaluation of a program participant, Evaluation interview to program facilitator, Explanation of the program by DVD.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2011 年度	1,300,000	390,000	1,690,000
2012 年度	1,200,000	360,000	1,560,000
総計	2,500,000	750,000	3,250,000

研究分野：医師薬学

科研費の分科・細目：地域・老年看護学

キーワード：介護者、エンハンスメント、プログラム、高齢者、ファシリテーター

1. 研究開始当初の背景

高齢者の家族介護者の介護困難な状況や介護負担は、介護保険導入後も持続している（佐々木，2009；前久，2005；斎藤，2003；高橋，2002）。また、介護負担の軽減に関する研究においても、介入への示唆にとどまり（森脇，2009；天谷他，2003；竹内，2003；

山下，2003）、複数の介護者を対象としたプログラムの介入研究については、ほとんど取り組まれていない（望月，2005；塩田，2004）。

そこで、対象の能力を高めるということから海外のエンハンスメント・プログラムを概観すると、対象のさまざまな能力向上に向けたプログラム開発がされていた。

本研究者は、博士論文で高齢者の家族介護者が介護の知識と技術を高めることに着目し、Bandura(1977)の社会学習理論を基盤とした「介護者のエンハンスメント・プログラム」を開発した(藤田 2010)。開発した介護者のエンハンスメント・プログラムは、介護者の介護能力を高めることによって、介護行動への自信を高め直面する介護の課題に対処できるようにするものである。

このエンハンスメント・プログラムの中で育成する 4 つのスキルは(1)護者としての自己を認め高めていくスキル、(2)介護力を高め健康を維持促進するスキル、(3)家族・社会と関係を形成していくスキル、(4)介護方法を状況に合わせて適用していくスキルである。スキルの育成は、社会学習理論 (Bandura, 1977) で可能予期の主要な要因の誘導様式による 7 つの教育方法を用いて行った。これらを、3 つの介護領域である「心配事の解消」「食事の介護」「暮らしのリズムを整える」において養成し、アクションリサーチで延べ 60 名の介護者に対し合計 12 回実施した。1 回の平均参加者は 5 名程度でプログラム終了直後と 1 週間後にプログラム評価を得た。その結果、介護者は介護技術の獲得と共に、介護能力がエンハンスメントされ、「孤立感の薄らぎ」「介護への見方の広がり」「介護に向き合う姿勢の変化」「介護負担の軽減」をもたらす効果を得た。また、介護に向き合う自分自身を内省し自己を高めるとともに、介護への心構えや健康を維持促進できる介護能力を高め、介護生活の継続に役立てていた。さらに、家族全体で協力し安定して介護に向き合える状況を作り出し、生活を安定させることができるようになった。

このような「介護者のエンハンスメント・プログラム」が普及することにより、介護者の能力向上が図られる。しかし、「介護者のエンハンスメント・プログラム」は参加型プログラムによるアクションリサーチであるため、ファシリテーターは参加者との相互作用が得られる反面、参加者はファシリテーターからの影響を受けやすい。

そこで、本研究者はプログラムファシリテーターの養成プログラムを開発し、効果的に対象の介護能力がエンハンスメントできるプログラム展開ができるようにしていきたいと考えた。そこで、本研究ではその第一段階として「介護者のエンハンスメント・プログラム」の普及に向けたプログラムファシリテーターの養成プログラムの開発に取り組むこととした。

2. 研究の目的

本研究は、高齢者の家族介護者が介護の知識と技術を高める「介護者のエンハンスメント・プログラム」の普及に向けて、プログラ

ムファシリテーターの養成プログラムを開発することを目的とする。これらの研究目的を達成するために、以下の目標を設定する。

- (1) 「介護者のエンハンスメント・プログラム」のファシリテーター養成プログラム」原案を作成する。
- (2) 作成した「介護者のエンハンスメント・プログラム」のファシリテーター養成プログラム」原案を洗練化するために、老人看護や在宅看護及び家族看護のエキスパートから評価を得て修正する。

3. 研究の方法

(1) プログラム原案の作成

研究者が博士論文で開発した「介護者のエンハンスメント・プログラム」について、プログラムの概要を理解することと、3 つの介護領域である「心配事の解消」「食事の介護」「暮らしのリズムを整える」で育成するスキル及び到達目標に応じた教育内容と 7 つの教育方法、プログラム実施後の介護者の評価について学ぶことができる「介護者のエンハンスメント・プログラムのファシリテーター養成プログラム」原案を作成する。

(2) プログラム原案への面接調査

作成した「介護者のエンハンスメント・プログラムのファシリテーター養成プログラム」原案を洗練化するためエキスパートから評価を受ける。老人看護や家族看護及び在宅看護の研究者 3 名程度、老人看護、地域看護専門看護師あるいは在宅看護専門看護師、家族看護専門看護師、訪問看護認定看護師等の実践家 4 名から評価を受ける。面接調査では「介護者のエンハンスメント・プログラムのファシリテーター養成プログラム」原案の内容を説明後、修正・加筆等の意見をもらう。

(3) 「介護者のエンハンスメント・プログラムのファシリテーター養成プログラム」の洗練化

面接調査結果をもとに、「介護者のエンハンスメント・プログラムのファシリテーター養成プログラム」原案を洗練化し最終版を完成させる。

4. 研究成果

(1) 「介護者のエンハンスメント・プログラム」の教育・評価内容について

本研究で開発するファシリテーター養成プログラムのもととなる「介護者のエンハンスメント・プログラム」について、教育内容・教育方法・プログラム実施後の介護者による

評価方法について検討し取りまとめた。また、病院及び在宅におけるファシリテーター養成プログラムの実行可能性を養成プログラムの内容に反映させるために、地域医療連携室で働くホスピスケア認定看護師と訪問看護ステーション所長である地域看護専門看護師にヒアリングを実施した。

その結果、ファシリテーター養成プログラムの内容には、「介護者のエンハンスメント・プログラム」について計画していた教育内容・教育方法・プログラム実施後の介護者による評価方法に加えて、介護者や在宅療養の理解を促進させる項目が必要であることが明確となった。

さらに、ファシリテーターが「介護者のエンハンスメント・プログラム」を実行するに当たり、対象となる介護者の募集や実施の場所についても検討し研究方法に含んでいくことが必要であることが明確となった。

これらのことから、ファシリテーター養成プログラムの実行可能性を高めるための要素が明らかとなり、研究と実践の循環が行われやすくなった。さらに、病院や在宅のなかで、具体的にどのようなフィールドがファシリテーター養成プログラムを実施することは、それぞれの場に応じたプログラム内容を考えるうえで重要な示唆を得ることができた。

(2)ファシリテーター養成プログラムで学ぶ3つの介護領域の教育内容について

①心配ごとの解消

「心配ごとの解消」では下記のような目標と具体的な到達目標及び教育内容を定めた。目標：介護に対する自分自身の考え方に気付き、これから行っていきたい介護のイメージとその実現について学び考える。介護の中で生じる高齢者や介護者の気がかりや心配事を緩和する方法について学び考える。

到達目標：これからの介護者自身のあり方、介護の継続、介護の乗り越えとやりがいについて振り返る。高齢者にとっての心配事の解消の重要性を知る。高齢者が社会とつながる力を高める。介護者の心配事が解消できる力を高める。高齢者の心配事が解消できる介護の力を高める。

教育内容：介護の振り返り、心配事の緩和方法、家族のストレス解消、介護との付き合い。教育方法と展開：教育方法はそれぞれの教育内容に応じた方法を活用して進行した。活用した教育方法は、「提案」「説明的な介入」「遂行行動の表示」「自己教示」「参加モデリング」「象徴モデリング」「リラクゼーション」である。導入部分では「介護者のためのエンハンスメント・プログラム」のねらい及び「心配事の解消」の目的と、進行について説明する。その後、第1の教育内容である介護の振

り返りでは、「あなたと介護について考えてみましょう」と呼びかけ、介護に対する自分自身が感じてきたことに気づけるよう、そして介護者が内省し自己教示できるようにする。第2の教育内容である「心配事の緩和方法」では、「高齢者がもつ『気がかりや心配事』を緩和するコツ」について、気がかりや心配事が起こることについての理解を深めるとともに、高齢者の話を聴くこと、高齢者とのコミュニケーションのコツを紹介する。そのなかでは、介護者の体験を語れるフリートークの会話の時間を設け、実際の高齢者とのコミュニケーションの工夫、実際に今の介護の中で実践している気がかりや心配事の工夫が語れるようにする。フリートークでは、参加が全員語るのではなく、1～2名の介護者に語ってもらうことで遂行行動の表示ができるとともに残りの参加者は体験を聴くことによって象徴モデリングができるようにする。第3の教育内容の「家族のストレス解消」では、「ご家族のストレスも解消しましょう」と呼びかけ、介護者のストレス解消の必要性とその方法を紹介し、リラクゼーションを促す体操である「ゆる体操」の実演で参加モデリングができるようにする。第4の教育内容である「介護との付き合い」では、介護領域の導入部分で「あなたと介護について考えてみましょう」と内省したことを、再び「心配事の解消」に絞り、介護の乗り越えとやりがい、これからの介護継続について考えられるように導く。その後、これからの介護のイメージについても語れるようにした。フリートークの場面では参加者全員が内省できるようにし、数名は語ることで遂行行動の表示ができるようにした。また、残りの参加者は他者の介護体験を聴く中で、象徴モデリングができ自らのこれからの介護のイメージが描けるようにする。

②食事の介護

「食事の介護」では下記のような目標と具体的な到達目標及び教育内容を定めた。

目標：介護に対する自分自身の考えに気づき、これから行っていきたい介護のイメージとその実現について考える。食事に関する介護について学び考える。

到達目標：これからの介護者自身のあり方、介護の継続、介護の乗り越えとやりがいについて振り返る。高齢者にとっての食事の重要性がわかる。介護者の健康と生きる力を高める。食事に関する介護力を高める。

教育内容：介護の振り返り、食事の重要性、食事の介護方法、介護者の健康維持、介護との付き合い。

教育内容と展開：教育方法はそれぞれの教育内容に応じた方法を活用して進行した。活用した教育方法は、「提案」「説明的な介入」「遂

行行動の表示」「自己教示」「参加モデリング」「象徴モデリング」「リラクゼーション」である。導入部分ではエンハンスメント・プログラムのねらいと及び「食事の介護」の目標と進行について説明した。その後、第1の教育内容である「介護の振り返り」では、「あなたと介護について考えてみましょう」と呼びかけ、介護に対する自分自身が感じてきたことに気づけるよう、そして介護者が内省し自己教示できるようにする。第2の教育内容である「食事の重要性」では、高齢者にとって食事の重要性について、高齢者の健康と食事の密接な関係を説明するとともに、それを支える食事の介護の重要性と食事の介護を乗り越えていくことへの提案をしている。第3の教育内容である「食事の介護方法」では、食事に関する介護のコツを取り上げ、食事の介護について a. 高齢者の身体へのケアと b. 高齢者の心へのケアという2つに焦点化し、食事の介護のコツを提案している。そのなかで、高齢者の身体へのケアを教育内容に、食事の介護で生じやすい問題として、食摂取量や水分摂取の不足と嚥下障害について取り上げ、それぞれについて誘因を説明するとともに対処方法を提案した。また、とろみ茶作りやむせやすい姿勢、飲み込む力を高める嚥下体操について、参加モデリングができるようにした。さらに、高齢者の心（気持ち）へのケアとして食べる意欲を引き出す介護方法を提案する。第4の教育内容である「介護者の健康維持」では、介護者の健康維持にも留意しましょうと呼びかけ、介護者に多い健康トラブルについて身体的・精神的の具体例をあげ対処方法を提案する。その後、介護を続けていくためには介護者の健康維持の重要性について再度振り返り、体験を語るフリートークを設けた。フリートークでは、参加者が実践できる、あるいはこれから取り入れていけそうな内容を取り上げる。そして参加者1～2名に実際に行っている健康トラブルを乗り越える方法について遂行行動の表示をしてもらい、取り入れられそうな方法について自己教示できるようにかかわる。また、このときフリートークを聴く他の参加者は、自らの体験に重ね合わせて象徴モデリングができるようにする。第5の教育内容である「介護との付き合い」では、プログラムの導入部分であった「あなたと介護について考えてみましょう」で内省したことを再び、介護の中で感じできたこととして振り返り、そのなかで、「食事の介護」に絞り、介護の乗り越えとやりがい、これからの介護継続について考えられるように導く。これらについて、参加者がフリートークとして会話できるようにした。また、食事の介護における介護の困難さをどのように乗り越えやりがいを見出しているかということ、食事の介護をこ

れから考えていく中で、これからの介護のイメージについて語れるようにする。ここでのフリートークについても、参加者全員が内省できるようにし、そのうち数名が語ることで遂行行動の表示ができるようにする。また、このような参加者の介護への考えや介護体験を聴く中で、象徴モデリングができ介護のイメージが描けるようにする。

③暮らしのリズムを整える

「暮らしのリズムを整える」では下記のような目標と具体的な到達目標及び教育内容を定めた。

目標：介護に対する自分自身の考えに気づき、これから行っていきたい介護のイメージとその実現について学び考える。暮らしのリズムを整えるための日常生活のすごし方についての介護を学び考える。

到達目標：これからの介護者自身のあり方、介護の継続、介護の乗り越えとやりがいについて振り返る。高齢者にとって日常生活の重要性を知る。介護者の日常生活を整えられる力を高める。高齢者と社会のつながりを高める。高齢者の日常生活のすごし方に関する介護力を高める。

教育内容：介護の振り返り、日常生活の介護方法、高齢者の活動範囲の拡大、家族の日常生活の整え、介護との付き合い。

具体的な教育内容：教育方法はそれぞれの教育内容に応じた方法を活用して進行した。活用した教育方法は、「提案」「説明的な介入」「遂行行動の表示」「自己教示」「参加モデリング」「象徴モデリング」「リラクゼーション」である。導入部分ではエンハンスメント・プログラムのねらい及び「暮らしのリズムを整える」の目標と進行について説明した。その後、第1の教育内容である「介護の振り返り」では、「あなたと介護について考えてみましょう」と呼びかけ、介護に対する自分自身が感じてきたことに気づけるよう、参加者が内省し自己教示できるようにする。第2の教育内容である「日常生活のすごし方のコツ」では、暮らしのリズムを整えるための日常生活の介護のコツについて、日常生活のすごし方の重要性、日常生活を安心して過ごすコツの2つに焦点化した。日常生活のすごし方の重要性では、身体と心の両面から介護を考えていくこととして、食事・運動・休息のリズムをつくっていくこと、高齢者の意欲を保つ工夫について、参加者が遂行行動の表示ができるようにする。日常生活を安心して過ごすコツとして、特に、日常生活を安全に安心して暮らせるために、転倒等の危険を回避する上での留意点を提案する。また、高齢者に教えられるための転倒予防体操を紹介し参加モデリングできるようにする。日常生活を整える介護についてのフリートークでは、これからの介護についての自己教示ができるよう

にする。また、フリートークを聴く他の参加者は、自らの体験に重ね合わせ象徴モデリングができるようにする。第3の教育内容である「高齢者の活動する範囲を広めましょう」では、高齢者の活動の傾向や活動範囲を広げるための具体的な介護の方法や社会資源について提案する。これらの内容を踏まえて、高齢者の活動範囲を広めていくことを語るフリートークを設けた。参加者1～2名により活動範囲を広めるための疑問やこれから取り入れてみようと考えていることについて自己教示できるようにする。第4の教育内容である「ご家族の日常生活も整えましょう」では、高齢者の介護だけでなく家族の日常生活も大切にしていくことの重要性を提案する。具体的方法として、高齢者との生活時間のずれをなくしていくように調整し家族の健康を保つこと、家族だけでなく周囲の人々や社会に知らせて協力を得やすくしておくこと、そして、介護者が一人こもらずに介護者同士の交流を持つ中で心の視野を広く持てるようになることがある。これらの内容を踏まえて、家族との日常生活を振り返ることをテーマとしたフリートークを設ける。参加者1～2名により、家族との日常生活で心がけていることについて、日ごろの介護体験を紹介し遂行行動の表示ができるようにした。また、家族との日常生活の中でこれから取り入れてみようと思うことについて、自己教示できるようにする。フリートークを聴く参加者は、これからの介護の中で、家族の日常生活についても象徴的モデリングができるようにする。第5の教育内容として「これからの介護を乗り切るために」では、プログラムの導入部分であった「あなたと介護について考えてみましょう」で内省したことを再び、介護の中で感じできたこととして振り返る。そのなかで、「暮らしのリズムを整える」ことに絞り、介護の乗り越えとやりがい、これからの介護継続について考えられるように導き、参加者がフリートークで会話できるようにする。ここでは、暮らしのリズムを整えるため日常生活の介護における困難さをどのように乗り越えやりがいを見出しているかということ、暮らしのリズムを整える日常生活の介護を考えていく中で、これからの介護のイメージについて語れるようにする。このフリートークについても、参加者全員には内省できるようにし、そのうち数名が語ることで遂行行動の表示ができるようにする。また、このような参加者の介護への考えや介護体験を聴く中で、象徴モデリングができ自らのこれからの介護のイメージが描けるようにする。

(3) 「介護者のエンハンスメント・プログラム」におけるファシリテーター養成プログラ

ムの構造

「介護者のエンハンスメント・プログラム」におけるファシリテーター養成プログラムは3つの介護領域（「心配事の解消」「食事の介護」「暮らしのリズムを整える」）ごとであり、1回の所要時間を3時間とした。プログラムの実施は講義形式で1回の看護職の参加人数は3名以下とした。また、「介護者のエンハンスメント・プログラムのファシリテーター養成プログラム」の概要は以下のとおりである。

- ①介護者についての理解を深める
- ②介護者のためのエンハンスメント・プログラムの紹介（介護領域の紹介、介護領域における教育内容と教育方法、介護領域で用いるスライドの概要と進行、プログラム進行にあたっての留意点
- ③「介護者のエンハンスメント・プログラム」の対象となる介護者募集と参加手続き
- ④看護職が実施した「介護者ためのエンハンスメント・プログラム」の評価方法
- ⑤参加した「介護者のエンハンスメント・プログラムのファシリテーター養成プログラム」の評価のためのインタビュー
- ⑥DVDによる「介護者のエンハンスメント・プログラム」の解説

5. 主な発表論文等

〔学会発表〕（計3件）

(1) 藤田冬子：介護者のエンハンスメント・プログラムに参加した家族の変化からみたプログラム評価，第32回日本看護科学学会学術集会，2012年11月30日，東京国際フォーラム。

(2) 藤田冬子：高齢者をケアする家族介護者のエンハンスメント・プログラムの効果 プログラム実施および実施後の評価から，第17回日本老年看護学会学術集会，2012年7月14日，金沢歌劇座。

(3) 藤田冬子：高齢者をケアする家族介護者のエンハンスメント・プログラムの開発に関する研究，第31回日本看護科学学会学術集会，2011年12月3日，高知文化プラザかるぽーと。

6. 研究組織

(1) 研究代表者

藤田 冬子 (FUJITA FUYUKO)
高知県立大学・看護学部・教授
研究者番号：60612538