

令和元年6月13日現在

機関番号：21301

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2014～2018

課題番号：26861956

研究課題名（和文）精神障害者のセルフスティグマの低減に向けたケア実践者育成プログラムの開発

研究課題名（英文）Developing educational framework for nurses and nursing students to gain knowledge and skills to reduce self-stigma in people with psychosis

研究代表者

小松 容子（Komatsu, Yoko）

宮城大学・看護学群（部）・講師

研究者番号：80568048

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,000,000円

研究成果の概要（和文）：精神疾患を抱える人のためのセルフスティグマの低減を目指したケア実践力のある看護師育成のために必要な教育プログラムの要素は、セルフスティグマに関する概念やセルフスティグマが及ぼす影響に関する理解、セルフスティグマを抱えた当事者が示す様々な反応や行動に関する観察とアセスメントの視点、セルフスティグマに苦悩する当事者への個別ケア、セルフスティグマの低減のためのグループアプローチのスキル、地域社会・家族関係の中にあるスティグマを低減するための包括的アプローチのスキル、に加えて、看護者あるいは支援者の中にあるスティグマを克服するリフレクティブ・プラクティスであると考えられた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究では、文化・歴史の中で根強く培われてきた精神疾患に関連したスティグマにチャレンジし、疾患を抱える当事者へのケアの検討に加えて、ケアを提供している看護師が抱える内なるスティグマを克服することや、地域社会に存在するスティグマにも目を向けて、システムとして理解する必要性も示した。精神疾患を抱える人のセルフスティグマの軽減を目指したケア実践力を身に着けた看護師の育成を目指している点に本研究の意義がある。

研究成果の概要（英文）：The study explored the aspects of training programme for nurses and nursing students to competent to support people with psychosis to overcome self-stigma. The study provides six themes consisting of training programme that mental health nurses becomes to be able to provide care for reducing self-stigma in people with psychosis. These are (1) understandings of self-stigma and its influence on service users and their family, (2) assessment skills of behavioural and emotional reaction to self-stigma, (3) individual support to service users living in anxiety and frustration, (4) increasing skill to bring better change in a group, i.e, a whole family and support group, (5) increasing ability to bring about changes in community to reduce stigma related to mental illness, and (6) using reflective skills to overcome stigma inside nurses' themselves.

研究分野：精神看護学

キーワード：精神障害 偏見 差別 セルフスティグマ 克服 支援者育成 教育プログラム 精神看護

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

精神疾患患者に対するスティグマは、日本だけでなく世界的にも重大な問題であるが、長い歴史の中で、また、文化と風土の中で根付いてきたがゆえに、克服することが困難な精神保健上の課題として今日まで残っている。一般社会が持っている精神障害者に対するスティグマは、精神疾患を抱える患者自身も持っており、当事者によるスティグマはセルフスティグマと呼ばれている。このようなセルフスティグマは、日常生活、社会との関わり、自己認識、治療継続等に影響を及ぼし、回復を妨害する要因の一つであると指摘されている。

セルフスティグマは、社会や対人関係の中での言語的・非言語的なメッセージによって付与されていくことが明らかになっており、差別を受けることへの恐れや不安の悪循環も指摘されている。このような中で、健常者の否定的態度だけでなく、医療従事者による差別的発言も問題視されており、「医療従事者としてどのように精神障害者とかわるか」が、精神障害者が抱えるセルフスティグマの増減に大きく影響するところである。しかし、これまでの看護教育においては、精神障害者のセルフスティグマの低減を目指したケアが実践できる看護師の育成は行っていなかった。

### 2. 研究の目的

本研究では、精神障害者が抱えるセルフスティグマの低減および是正に向けたケア実践の方法の検討を行うことと、精神障害者のセルフスティグマに対するケアの実践が出来る看護師の育成プログラムの検討、を行うことを研究課題とした。この課題に取り組みながら、精神障害者のセルフスティグマの低減にむけたケア実践ができる看護師の育成プログラムの開発を目指した。

### 3. 研究の方法

研究の課題および目的を達成するために、複数の方法を用いて研究を行った。

#### (1) セルフスティグマの低減のための支援に関する文献研究

文献検討では、「精神障がい者に対する態度に関する国際比較」および「精神障害者におけるセルフスティグマの克服を目指した援助」について国内外の文献・資料の検討を行った。

#### (2) 精神障害者のセルフスティグマと地域社会や家族の在り方に関するフィールドワーク

地域社会：差別をなくす地域社会を構築するための行政の取り組み、市民からの意見を反映させる差別をなくすための条例づくりについてのフィールドワークを行った。また、当事者を含め、各分野の専門職との意見交換会に参加し、差別の事例についての検討を行った。

家族の在り方：家族の関わりがどのように当事者のセルフスティグマと関連しているのかについての、フィールドワークを行った。家族の体験や視点を中心にして、精神障害者の家族が抱える様々な困りごと、不安、悩みについて調査を行い、それらが、どのように当事者のセルフスティグマに影響を及ぼしているのか検討を行った。

#### (3) 精神障害者のセルフスティグマに対する看護学生の認知と反応に関する研究

精神看護学の臨地実習において、セルフスティグマを抱える患者が呈する言動に対して、看護学生はどのように反応しているのかを明らかにすると共に、セルフスティグマを抱えた患者への支援に関する看護教育への示唆を得るために研究を行った。ここでは、精神看護学の臨地実習における看護学生の実習記録の中にセルフスティグマに関連した患者の言動についての記載のあった9名の学生の記録用紙をもとにして分析を行った。

#### (4) 精神看護学実習におけるセルフスティグマの低減への学びの可能性に関する研究

4年制大学看護学部における精神看護学実習で、精神科急性期病棟での実習を終了した15名の学生のうち、研究への協力を得られた13名が実習中に記述した記録をもとに分析を行い、精神看護学の臨床実習において、精神疾患を持つ患者が抱えるセルフスティグマに関連する事象に、看護学生が遭遇する機会ならびに遭遇内容を明らかにし、セルフスティグマに関する学びの可能性について検討を行った。

#### (5) セルフスティグマの低減に向けた看護的関心に関するインタビュー調査

セルフスティグマを抱える当事者への理解とケアについて学びを深めた看護学生1名へのインタビューを行い、セルフスティグマについての概念の理解、関心を寄せたきっかけ、セルフスティグマの低減に向けた看護についての思いについて、質的帰納的分析を行った。

#### (6) セルフスティグマの低減のための必要な支援についての当事者からの意見聴取

精神疾患を抱える当事者にとってのセルフスティグマに附随した生きづらさ乗り越える体

験と、乗り越えることに役立った支援について、研究への協力を得られた当事者5名に、半構成的インタビューを実施した。インタビューは、研究協力者の承諾を得たうえでICレコーダーに録音し、それを逐語録に起こしたうえで質的帰納的分析を行った。

(7) 精神障害に関するスティグマの克服およびセルフスティグマの軽減のためのプログラムの運営とそれに伴う看護師に必要な技能に関するアクションリサーチ

「精神障害者のセルフスティグマの低減」のための「本人・家族・支援者」に向けたプログラムの運営に関するアクションリサーチを2回行った。

統合失調症をはじめとした精神疾患を抱える本人およびその家族が、統合失調症に関するスティグマ（セルフスティグマを含む）を克服するためのプログラムを作成し、世界統合失調症デー（World Schizophrenia Day）に合わせてプログラムの実施およびイベントを開催した。

精神障がいを抱える本人やその家族の立場にある人々が、精神障がいに関連したスティグマに向き合い、共にスティグマと対峙することを通して、それを乗り越えていく糸口を見つけることを目指したプログラムを作成し、世界精神保健デー（World Mental Health Day）に関連づけてイベントを開催した。

4. 研究成果

(1) セルフスティグマの低減に関する当事者へのインタビューの質的帰納的分析の結果

スティグマを乗り越える体験では、＜ロールモデルとなるピアの存在＞＜作業所やピアグループでの活動を通じた心の整理＞＜助けてくれる仲間存在＞＜安全で良好な人間関係の中での生きる価値と自信の回復＞＜ポジティブかつ建設的な考え方＞＜健常者への幻想が崩れる体験＞がカテゴリーとして抽出された。これらの分析結果から、ピアの存在・活動の場がスティグマを乗り越えるのに役立っていると考えられる。一方、＜健常者への幻想が崩れる体験＞を通して、健常者も完璧な人ではないことを知り、自らに課すスティグマが軽減する体験があり、ピア同士の交流の場だけでなく、健常者との交流の場もスティグマを乗り越えるために必要なことであると考えられた。

(2) 精神障害に関連したスティグマについて当事者及びその家族が日々感じていること  
世界統合失調症デーのイベントでのアンケートの結果から、スティグマに関して普段感じていることは表1の通りであった。

表1 スティグマについて精神障害者本人及び家族が普段感じていること

カテゴリー	サブカテゴリー
社会の中で偏見が生じなくなる	事件が起きたときに精神障害者だと分かると偏見差別が生じる
	正しい理解を持っていない人が多く、偏見・差別はなくなる
社会の「家族に対する」スティグマ	みんな去り交流がなくなる
	噂になり町内で住みにくさを感じる
社会の「当事者に対する」スティグマ	拒否や拒絶にあう
	対話や理解をしてもらえない
	怖がられる
	偏見を持った目で見られる
	甘えだという批判を受ける
	過剰に配慮される
家族自身が持っているスティグマによる苦悩	家族としても偏見を持ってしまう
	自分自身が嫌で、親である自分を責める
当事者自身が抱える自分自身へのスティグマによる苦悩	自分自身を肯定できない
	自分自身を追い込んでしまう
	自分の病気を受け入れられない
社会の無理解に対する啓発の必要性	偏見差別があることを知らない人がいる
	精神障害者への社会資源が足りない
	精神障害者についての啓発が必要

(3) セルフスティグマ軽減のために作成したプログラムと地域社会におけるアクション

精神障害に関するスティグマの克服およびセルフスティグマの軽減のためのプログラムを2つ作成して、地域社会においてプログラムを開催した。

統合失調症をはじめとした精神疾患を抱える本人およびその家族の立場また知人・友人の立場にある人々が、統合失調症に関連したスティグマを克服するための糸口を見つけることを目的として作成したプログラムは、1回90分で、2部構成とし前半は意味中心療法の要素 (Frankl, 1991) を含んだ心理教育的アプローチを主体とし、後半はグループセラピーの手法 (鈴木, 2014) を参考にした参加者同士の話し合いの場とした。

精神障がいを抱える本人やその家族の立場にある人々が、精神障がいに関連したスティグマに向き合い、共にスティグマと対峙することを通して、それを乗り越えていく糸口を見つけることを目指して作成したプログラムは、1回120分とし、前半は心理教育的アプローチを基盤とした哲学的ミニレクチャーを設定し、「理解と対話」に関する話題提供を行った。後半は集団精神療法およびピアサポートを基盤とした話し合いの場とした。

これらのアクションリサーチを通して、精神疾患を抱える本人と精神障害者家族の立場にある人々と支援者の間で、社会に存在するスティグマに再度目を向けながら、苦悩の中での意味を見出すことや、新たな視点や新たな価値観を創造することの可能性を見出すことが出来た。これを受けて、いかにして看護師をはじめとした支援専門職が、セルフスティグマを克服していくことを促進したり、方向づけたりすることが出来るのかについての検討を行った。この結果、セルフスティグマに配慮した患者-看護師関係の在り方だけでなく、患者 家族関係の在り方、患者 社会関係の在り方についての重層的なアセスメントの視点が重要であり、また、重層的な関係性・相互関係に変化をもたらすような支援および支援者の在り方や支援者に必要な能力に関する検討がさらに必要であると考えられた。

#### (4) 精神障害者が持っているセルフスティグマに対する看護学生の認知と反応、および看護実習におけるセルフスティグマの低減に関する学びの可能性について

精神看護学の臨床実習において、学生が遭遇した精神疾患患者が抱えるセルフスティグマに関する言動や現象は、< 偏見・差別 > < スティグマの自覚 > < 疾患の直面化による危機 > < セルフスティグマからの転向 > の4つのテーマに大別された。学生は臨床実習中に、これらの場面に遭遇する機会があり、セルフスティグマに関する学びの可能性は十分にあると考えられた。

セルフスティグマに関連した反応を患者が呈した場面における学生の反応は、< 驚愕 > < 困惑 > < 恐怖感 > < パッシブ・アグレッシブ > などの反応であった。これらのことから、セルフスティグマに関連した患者の言動に直面した際に、看護学生は適切かつセラピューティックな関りが難しい状況が明らかになった。考察として、看護学生の大部分は青年期にあり、不安定な状況の中で、自己のアイデンティティの統合を目指しながら、同時に精神疾患を持つ人がセルフスティグマを克服して自己の再統合を図れるような支援を学習する必要もある。そのために、指導者は学生の情緒的な反応や、陥りやすい思考に留意しながら、患者の抱えるセルフスティグマを理解することや問題行動の本質に援助の視点が向けられるように指導していくことが必要であると考えられた。

#### (5) セルフスティグマの低減のための必要な支援と支援者に必要な教育プログラムの要素

精神障害者のセルフスティグマの低減および是正にむけたケア実践ができる看護士の育成のために必要なことは、セルフスティグマに関する概念やセルフスティグマが及ぼす影響に関する理解、セルフスティグマを抱えた当事者が示す様々な反応や行動に関する観察とアセスメントの視点、セルフスティグマに苦悩する当事者への個別ケア、セルフスティグマの低減のためのグループアプローチのスキル、地域社会・家族関係の中にあるスティグマを低減するための包括的アプローチのスキル、に加えて、看護者あるいは支援者の中にあるスティグマを克服するリフレクティブ・プラクティスであると考えられた。

#### < 引用文献 >

Frankl Viktor Emil (1991) . 山田邦男監訳 (2002) 意味への意志 . 春秋社 .  
鈴木 純一 (2014) . 集団精神療法 : 理論と実際 . 金剛出版 .

#### 5 . 主な発表論文等

[ 雑誌論文 ] (計 6 件)

Komatsu Yoko, Developing training programmes to increase the number of staff who are aware of self-stigma of people with psychosis and competent to support stigmatised

people to overcome self-stigma in mental health care settings、Impact、査読無、2018(12)、pp. 58-60. DOI: <https://doi.org/10.21820/23987073.2018.12.58>  
 小松 容子、伊藤 ひろ子、セルフスティグマに関連した患者の言動に対する看護学生の反応：セルフスティグマを抱える患者への援助のための看護教育の検討、日本看護学会論文集（精神看護） 査読有、47、2017年、pp.147-150  
 小松 容子、伊藤 ひろ子、精神疾患を持つ患者が抱えるセルフスティグマに関する臨床実習での学びの可能性、日本看護学会論文集（精神看護） 査読有、47、2017年、pp.143-146  
 小松 容子、精神障害者におけるセルフスティグマの克服を目指した援助：国内文献のレビューを通して、日本看護学会論文集（精神看護） 査読有、46、2016年、pp. 113-116  
 小松 容子、澤口 利絵、精神障がい者に対する態度に関する国際比較、日本精神科看護学術集会誌、査読有、57巻、2014年、pp. 314-318  
 小松 容子、統合失調症圏の当事者におけるセルフスティグマに関する研究、こころの健康、査読無、29(1)、2014年、pp. 119-119

〔学会発表〕(計 10 件)

小松 容子、若者層を対象にした普及啓発活動 看護師の教育課程・育成での SB の講演効果、仙台 SB 活動 10 周年記念報告会（仙台市民公開フォーラム）、2019 年  
 小松 容子、当事者および家族のための統合失調症に関する スティグマの軽減を目指したアクションリサーチ、第 61 回日本病院・地域精神医学会総会東京大会、2018 年  
 小松 容子、精神障がいを抱えながらスティグマを乗り越えて生きる体験、第 49 回 日本看護学会・慢性期看護・学術集会、2018 年  
 小松 容子、スティグマ克服を目指した当事者と家族の集い 看護師による地域精神保健プログラムの実践、第 43 回 日本精神科看護学術集会、2018 年  
 小松 容子、精神に障害のある夫婦における偏見・差別による地域生活上の苦悩と困難、第 48 回日本看護学会・在宅看護・学術集会、2017 年  
 小松 容子、地域社会における精神障がい者との接触経験とその意味～大学生におけるこれまでの記憶をひも解いて～、日本質的心理学会 第 12 回大会、2015 年  
 小松 容子、精神障害者におけるセルフスティグマに関する文献検討、第 46 回日本看護学会・精神看護、2015 年  
 Komatsu Yoko, Understanding women with psychosis through their delusions. 第 6 回国際ウィメンズメンタルヘルス学会、2015 年  
 小松 容子、澤口 利絵、精神障がい者に対する態度に関する国際比較、第 21 回日本精神科看護学術集会専門、2014 年  
 小松 容子、澤口 利絵、統合失調症患者の両価性・葛藤への治療的介入、日本病院・地域精神医学会総会抄録集、2014 年

〔その他〕

○活動情報

- ・ 第 1 回「世界精神保健デー in 仙台」ファミリー・ワーク・カフェ～テーマ：理解と対話～、宮城大学サテライトキャンパス、仙台市、2017 年 10 月 10 日
- ・ 第 1 回「世界統合失調症デー in 仙台」～統合失調症について、お茶を片手に、オープンに語り合ひましょう。また、偏見をどのように乗り越えるのか、一緒に話し合ひましょう～、宮城大学サテライトキャンパス、仙台市、2017 年 5 月 24 日

○報告書・ニュースレター

- ・ 小松 容子、仙台市民公開フォーラムの感想、仙台スピーカーズビューロー通信～こころのヴォイス臨時号、2019 年、p.2
- ・ 小松 容子、第 1 回世界精神保健デー in 仙台 2017 年 10 月 活動報告書「理解と対話」、小松研究室発行、2018 年
- ・ 小松 容子、第 1 回世界統合失調症デー in 仙台 2017 年 5 月 報告書「逆境（スティグマ）をどう乗り越えるか？」、小松研究室発行、2018 年
- ・ 小松 容子、書評：グラハム・ソーニクロフト著『精神障害者差別とは何か』、JAMHP NEWS(46)、2014 年、pp. 6-7

○ホームページ

- ・ 小松研究室：<http://familyworkmentalhealthcare.web.fc2.com/>