

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 28 年 6 月 7 日現在

機関番号：14401

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2012～2015

課題番号：24530866

研究課題名(和文)メンタルヘルス受療行動の最適化を実現する心理教育プログラムの開発

研究課題名(英文)Development of the psycho-education program for optimization of mental-health care use behavior

研究代表者

平井 啓(HIRAI, KEI)

大阪大学・未来戦略機構・准教授

研究者番号：70294014

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,900,000円

研究成果の概要(和文)：メンタルヘルスに関する専門家による介入やサービスの最適化を目的とした心理教育プログラムの開発を目的とし、研究を実施した。

インターネット調査を実施し、回答数817名について量的・質的に解析を行った。調査結果を元に、メンタルヘルスケアの適切な受診勧奨を行なうための心理教育プログラムとして、対象者の心理的特性に対応した情報提供WEBサイトの開発をソーシャルマーケティング手法により行なった。開発したWebサイトにターゲットに近い15人を対象にインタビュー調査を実施し、Web サイト改善のための情報を得た。

メンタルヘルスケアに関して対象者の心理的特性に基づいた適切な情報提供のためのコンテンツが開発された。

研究成果の概要(英文)：The purpose of the study is to develop psycho-education programs to optimize mental-health care use behavior. A qualitative and quantitative internet survey for 817 participants who were past users of mental health care was conducted and revealed the psychological traits and current perceptions of mental health users. Using social marketing approach, a web-site including graphical presentation and targeted messages for mental health use behavior was developed. An additional formative interviews for the target provide the practical information to improve the web-site.

研究分野：健康心理学

キーワード：メンタルヘルス 行動学 ストレス 受療行動 精神科 カウンセリング 心療内科 ソーシャルマーケティング

1. 研究開始当初の背景

心身の健康、その中でもこころの問題(メンタルヘルス)に対して社会の関心が急速に高まっている。また、こころの問題に対する専門的サービスとしては、精神科治療、心理療法を中心として様々なサービスとそのプロバイダーが存在する。

しかし、メンタルヘルスに対する一般市民のニーズと現在供給されている専門的サービスの間には大きなギャップが存在する。例えば、うつ病などを含む精神障害を持った人が、精神科医や心理士などの専門家や専門的機関を利用する率は、約3割と低いことが示された(川上ら, 2002)。またがん患者の抑うつのスクリーニングを行い、カットオフ値を超えた患者に対して精神科受診を進めたところ、7割以上の患者が受診を拒否したことが報告されている(Shimizu et al., 2005)。このニーズと供給の間のギャップを埋める事ができれば社会全体に対する貢献が非常に高いと考えられる。そこでこのギャップを埋めるための試みとして、本研究では以下の2つのアプローチを行った。

第1に、有効性が確立した心理教育(Lincoln et al., 2007)をサービスの構成要素とすることが必須である。例えば、企業従業員に対するうつ病の知識研究で、対象者の15%しか正しいうつ病の知識を持っていない(中村・久田, 2008)ことから、メンタルヘルスに関する正しい知識を患者やクライアントに伝えていく必要がある。しかし、どのような内容やエビデンスが必要とされているのかについてはまだ十分に明らかになっていない。

第2に、アクセシビリティを高めた専門的サービスの存在を、対象者となる市民に伝える方法・戦略の開発である。この、メンタルヘルスに関する教育と普及(dissemination)の問題は、本格的に研究が行われていない。そこで、応用行動科学の理論とソーシャルマーケティングの方法を用いて、メンタルヘルスの専門的サービス普及のための方法を開発し、その有効性を検討する必要がある。ソーシャルマーケティングとは、企業が長年蓄積してきたマーケティングの手法を社会的課題の解決のために取り入れた体系的な方法であり、対象者の絞込み(セグメンテーション)、対象者に合わせたコンテンツの開発、コンテンツの適切な普及方法によって構成される。

以上を総合すると、メンタルヘルスの維持・向上のために確立された治療法、治療技術やサービスを必要とする人々に届けるために、メンタルヘルスに関するさまざまなサービスへのアクセシビリティを高める、エビデンスに基づく心理教育プログラムと、ソーシャルマーケティングの方法を用いた普及戦略を開発する。これらの要素を含む、包括的な心理教育システムの開発が急務である。

2. 研究の目的

本研究ではメンタルヘルスに関する専門家による介入やサービスの最適化のために以下の3つの目的のもとに研究を行う。

(1) 応用行動科学の理論を用いた調査を、うつ状態や適応障害といった診断のつく可能性のある対象者を目的母集団として実施し、介入の対象者のメンタルヘルスに関連する受療行動のモデル化を行う。

(2) 調査の結果明らかにされたメンタルヘルスに関する受療行動のモデルを元に各疾患に共通するメンタルヘルスに関する心理教育コアプログラムと疾患の特異性を反映したプログラムを開発する。

(3) 開発された心理教育プログラムを統合的に実施可能にするメンタルヘルスの普及と最適化のための戦略(「だれに(WHO)」、「何を(WHAT)」、「どうやって(HOW)」伝えるか?)をソーシャルマーケティングの方法を用いて策定する。

3. 研究の方法

以下の3つの段階にわけ、研究を実施した。

(1) 大規模なインターネットによる調査

メンタルヘルスケアを実際に利用者の特徴を明らかにするため、適格水準(精神・心理的不調で専門機関を利用したことがある / 20歳以上で大学生でない / 精神・心理的不調を経験したのが初めて / 専門的治療・相談が初めて)を満たす成人817名に対して質的・量的な縦断調査を行った。

(2) 受診勧奨WEBサイトの開発

上記の調査結果をもとに、メンタルヘルスケアの適切な受診勧奨を行なうためのプログラムとして、対象者の心理的特性に対応した情報提供WEBサイトの開発を行なった。具体的には、ターゲットを「心理的な不調についての専門機関利用を考えており、インターネットで情報を探している人」「関心期(準備期にいたが不安や恐怖で関心期に戻った人を含む)」「専門機関に行くべきか迷っているが、抵抗感がある人」と設定し、早期受診の勧め、受診による恩恵、受診行動のノーマライズという観点でコンテンツを開発した。

(3) WEBサイトに関するインタビュー調査

上記で開発したWEBサイトについて、ターゲットに近い5人の成人男女を対象に、一時間程度の面談を実施した。WEBサイトのプロトタイプを閲覧したうえで、使い勝手や情報量、提示する文章形態などについての意見収集を行なった。

4. 研究成果

(1) 成人を対象とした質的・量的調査

初めてメンタルヘルスに関する専門機関を受診し、精神・心理的不調が改善したかど

うかという問いに対し、73.5%の対象者が「よくなった」と回答した。その他、周囲の人による勧めが受診のきっかけとなったこと、受診の効果を実感した人はメンタルヘルスサービスのイメージが肯定的に変化したこと、早期受診者と受診遅延者の受診理由には違いがあること、対象者自身が受療最適化に有効であると考えているメッセージの具体的内容が明らかになった。実際に精神科やカウンセリング等のメンタルヘルスに関するサービスを利用して、その予後患者立脚型の評価を大規模に行った研究は殆どなく、患者が自覚する効果や印象の変化等が明らかとなったことは、メンタルヘルスサービスならびに受療行動促進について考える上で重要な知見である。

(2) 受診勧奨 WEB サイトの開発

調査結果をもとに、受診勧奨 WEB サイト「メンタルヘルスケア、活用すべき7つの理由」を開発した (<http://grappo.jp/mhc/>)。この WEB サイトでは、実際の受診者の声を活かし、早期受診した人とそうでない人の経過等を文字情報やグラフを含めた図表で示して情報を提示している。また、受診前に感じていた疑問に答える形でページを構成するなど、ターゲット層が知りたいと感じている情報を適切に入手できるよう工夫を行なった。これまでにある類似の WEB サイトは、情報提供側が伝えたい情報を文字とイラストのみで提示するものが多かったが、グラフデータの導入や、双方向性を意識した構成を取り入れたことは意義深いと言える。

(3) WEB サイトに関するインタビュー

開発した WEB サイトのターゲットに該当する男女、様々な年代 (平均年齢 44.2 歳、SD=12.73) の 5 名を対象に、一時間程度の面談を行なった結果、トップページの見やすさの調整、心理的不調の発症から受診に至るまでの具体的な流れの説明、リンクページの充実という 3 点の改善点が抽出された。上記の指摘を受け、調査結果と整合させながら、トップページの情報量を減らし、負荷を下げることで、具体的な架空事例を用いた受診・相談および回復までのストーリーの提示をすること、自己診断ツールや地域別のクリニック検索サイト等へのリンクページ作成の 3 点を主に修正し、WEB サイトの改良を行うことが可能となった。

本研究で開発した受診勧奨プログラムとコンテンツを用いた介入研究を新たなプロジェクトにおいて計画している。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計 3 件)

【査読有】

Yoshida S., Amano K., Ohta H., Kusuki S.,

Mrita T., Ogata A. & Hirai K. (2014). A Comprehensive Study of the Distressing Experiences and Support Needs of Parents of Children with Intractable Cancer. *Japanese Journal of Clinical Oncology*

Tanimukai H., Hirai K., Adachi H. & Kishi A. (2014). Sleep problems and psychological distress in family members of patients with hematological malignancies in the Japanese population. *Annals of Hematology*

Tanimukai H., Tsujimoto H., Matsuda Y., Tokoro A. Kanemura S., Watanabe M., Tsujio I., Maeda I., Takei K., Nakajima S., Taira T., Tokuyama M., Kai T., Okamoto Y., Goya S. & Kashiwagi Y. (2014). Nobel therapeutic strategies for delirium in patients with cancer: A preliminary study. *American Journal of Hospice and Palliative Care*

〔学会発表〕(計 7 件)

平井啓 (2015 年 9 月 5-9 日). 実践プログラムにおける効果のポイントは情報の伝え方にある? (指定討論), 日本健康心理学会代 28 回大会, 桜美林大学(東京都・町田市)

平井啓・中村菜々子・佐々木淳・岸あかね・谷向仁 (2014 年 9 月 10-12 日). メンタルヘルス受療行動の適正化に有用なメッセージ開発, 日本心理学会第 78 回大会 (京都府・京都市)

佐々木淳・中村菜々子・平井啓・岸あかね・谷向仁 (2014 年 9 月 10-12 日). メンタルヘルスの専門機関の利用と心理的問題の原因認知の変化, 第 14 回日本認知療法学会 (大阪府・大阪市)

中村菜々子・平井啓・佐々木淳・岸あかね・谷向仁 (2014 年 9 月 10-12 日). メンタルヘルス受療行動を実行した者の特徴: 受療を決めた理由の質的分類, 第 14 回日本認知療法学会 (大阪府・大阪市)

平井啓・石井嘉樹・原田和弘・斎藤博・渋谷大助 (2013 年 9 月 20-21 日). 乳癌健診の受診率向上のための低ロードメッセージ介入の有効性と費用対効果に関する無作為化比較試験, 第 26 回日本サイコオンコロジー学会総会 (大阪府・大阪市)

平井啓・原田和弘 (2013 年 9 月 7-8 日). 乳がん検診の受診率向上のためのテイラード介入の効果ならびに費用対効果 - 地域における乳がん検診受診ノン・アドヒアラーに対する無作為化比較試験, 日本健康心理学会第 26 回大会 (北海道・札幌市)

〔図書〕(計 1 件)

中村菜々子 (2016, 印刷中). 援助要請促進プログラム開発と評価 (第 14 章), 援助要請・被援助志向性の心理学: 困っていても助けを求められない人の理解と援助 (水野治久・監修), 金子書房

〔産業財産権〕

出願状況 (計 0 件)

取得状況 (計 0 件)

〔その他〕

ホームページ等

「メンタルヘルスケア、活用すべき 7 つの理由」 <http://grappo.jp/mhc/>

6. 研究組織

(1) 研究代表者

平井 啓 (Hirai, Kei)

大阪大学・未来戦略機構・准教授

研究者番号: 70294014

(2) 研究分担者

谷向 仁 (TANIMUKAI, Hiroshi)

京都大学・医学 (系) 研究科 (研究院)・

准教授

研究者番号: 60432481

佐々木 淳 (SASAKI, Jun)

大阪大学大学院・人間科学研究科・准教授

研究者番号: 00506305

中村 菜々子 (NAKAMURA, Nanako)

兵庫教育大学・学校教育研究科 (研究院)・

准教授

研究者番号: 80350437

山村 麻予 (YAMAMURA, Asayo)

大阪大学・未来戦略機構・助教

研究者番号: 70745190