

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 29 年 6 月 22 日現在

機関番号：45309

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2016

課題番号：26380979

研究課題名(和文) 対人援助職者の精神的健康保持のための手法の開発 社会的共有行動に焦点を当てて

研究課題名(英文) The method for maintaining mental health in human care service professionals:
Focused on their social sharing behavior

研究代表者

森本 寛訓 (MORIMOTO, Hiromichi)

川崎医療短期大学・一般教養・講師

研究者番号：40351960

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,800,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では対人援助職者の職業生活上における社会的共有行動に焦点を当て、彼らの精神的健康保持の手法(コラボプラン)を開発することを目的とした。調査の結果、(1)各対人援助職者におけるポジティブ職業生活出来事の社会的共有行動は、各々における精神的健康の保持を、また(2)対人援助職者間の平均的なネガティブ職業生活出来事の社会的共有行動は、彼らのネガティブ感情を平均して低下させる可能性が示唆された。

よって(1)よりポジティブ職業生活出来事の開示を各々で実践する訓練が、また(2)からネガティブ職業生活出来事の開示を対人援助職者間で平均してより多く実践する訓練がコラボプランの一例として挙げられた。

研究成果の概要(英文)： We focused on social sharing behavior by human care service professionals in their work life, and aimed to develop strategies ("collaboration plan") for maintaining their mental health. Our results suggested that (1) social sharing of positive work life events among each human care service professionals could help maintain their mental health respectively, and (2) the mean social sharing of negative work life events among human care service professionals could help decrease their negative affective states averagely.

Accordingly, we proposed an example of collaboration plan involving training toward disclosure positive work life events among respective human care service professionals [from (1)], and toward disclosure negative work life events more averagely among human care service professionals [from 2)].

研究分野：健康心理学

キーワード：対人援助職者 職業生活出来事 社会的共有行動 精神的健康

1. 研究開始当初の背景

近年の少子・高齢化や生活様式の変化に伴い、これまで以上に看護や介護などの対人援助サービスの充実が望まれている。対人援助サービスはその従事者、すなわち対人援助職者の行為そのものである。ゆえに対人援助サービスの充実は、対人援助職者の職場における精神的健康の状態によって、その充実の程度が左右されるといえる。対人援助職者の精神的健康に影響する要因を明らかにし、その状態を保持する手法を開発することは、対人援助サービスの充実を図るためにも重要であるといえる。

本研究では対人援助職者の精神的健康保持の手法を、精神的健康の不調な状態だけではなく、良好な状態にも着目して開発することを目指した。そのため、この研究では精神的健康の良好な状態、または不調な状態と関連する職場でのエピソードを、それぞれポジティブ職業生活出来事（以下「PWLE」とする）、ネガティブ職業生活出来事（以下「NWLE」とする）とした。そしてPWLEに関する感情体験を増やし、NWLEに関する感情体験を減らす手法を、感情体験のコミュニケーションである社会的共有行動（Rime, Mesquita, Philippot, & Boca, 1991）に着目して検討した。なお、本研究では社会的共有行動を、PWLE, NWLEに対する開示行動（以下、それぞれ「PD」、「ND」とする）と、PD, NDに対する応答行動（以下「PR」、「NR」）に分けて捉えた。

2. 研究の目的

本研究はPWLEとNWLEに関する対人援助職者の社会的共有行動（PD, PR, ND, NR）を具体化したうえで、精神的健康保持のための手法「対人援助職者のメンタルヘルスのためのコラボプラン」を開発することを最終目的とする。

3. 研究の方法

本研究の実施年度である（1）2014年度、（2）2015年度、（3）2016年度に分けて報告する。

（1）2014年度

2014年度の主目的はPWLEとNWLEに関する対人援助職者の社会的共有行動（PD, PR, ND, NR）チェックリスト項目を作成することであった。そのため、2014年8月から9月に自由記述による質問紙調査を、看護師51人、介護福祉士49人、保育士57人、計157人を対象にして実施した。調査対象者の平均年齢（標準偏差）は、看護師が32.667歳（7.954）、介護福祉士が35.551歳（10.524）、保育士が37.722歳（13.505）であった。なお保育士に年齢不明者が3人いたため、残りのデータで平均と標準偏差を算出した。性別人数は看護師が男性5人、女性46人、介護福祉士が男性13人、女性36人、保育士が男性1人、女性55人であった。保育士には性別不明者が1名いた。また、現職場での平均勤務年数（標準偏差）は、看護師が6.600年（6.174）、

介護福祉士が8.688年（5.145）、保育士が7.712年（6.974）であった。勤務年数の不明者が看護師に1人、介護福祉士に1人、保育士に5人いたので、残りのデータで平均と標準偏差を算出した。

（2）2015年度

2015年度の主目的は、2014年度に具体化された社会的共有行動（PD, PR, ND, NR）チェックリストにより、対人援助職者の精神的健康保持に貢献する社会的共有行動を明らかにすることであった。そのため、モデル1, 2 (Figure 1) とモデル3 (Figure 2) を設定し、社会的共有行動が対人援助職者の精神的健康に与える影響を分析した。なお、PRとNRについては、対人援助職者が周囲の職場スタッフから受けた体験を取り上げた。また、精神的健康の指標には、ポジティブ感情（以下「PA」とする）とネガティブ感情（以下「NA」とする）およびうつ（depression）を設定した。

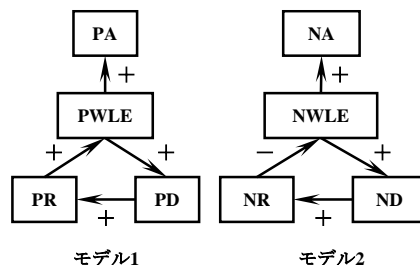


Figure 1. モデル1と2

注) パスに付記された「+」は正の影響関係、「-」は負の影響関係を仮定していることを示す。

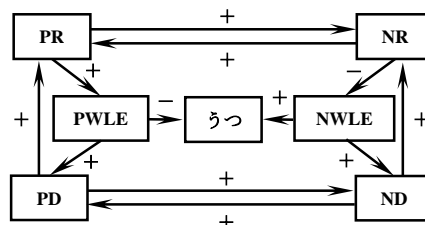


Figure 2. モデル3

注) パスに付記された「+」は正の影響関係、「-」は負の影響関係を仮定していることを示す。

さて、PWLEとNWLEは対人援助職者の個々において、様々に体験されるエピソードである。よって、このようなエピソードの体験傾向を捉えるには、各対人援助職者の日常に沿って縦断的調査を行い、各々のデータ分布を把握して分析する必要がある。また、その上で対人援助職者間の平均的傾向を知るためには、得られた縦断的データに対して以上とは独立した分析が必要である。なお、PWLE, NWLEと関連する他の変数についても同じことがいえると考えられる。今回は各対人援助職者に4波からなるパネル調査を実施した。そして得られたデータに対しマルチレベル分析を行った。マルチレベル分析は、データを対人援助職者個人の傾向の資料とみなすWithinレベルと、個人間の平均的傾向

の資料とみなす **Between** レベルで捉え、同時に分析することが可能である。

調査時期は、2015年11月から12月の1ヶ月間であった。調査はWebを用いて行われた。具体的には、調査会社から調査内容を示したWeb画面が週に1回ずつ4回配信され、そのWeb画面から回答が得られた。

調査対象者は、調査会社の全国モニター会員より、所属する職場に1年以上勤務している看護師、介護福祉士、保育士の有資格者が選ばれた。そして、回答内容に著しく偏りのあった者を除く、看護師63人、介護福祉士70人、保育士47人、計180人を本調査の対象者とした。これら対象者の平均年齢（標準偏差、年齢幅）は、看護師が39.444歳（8.800, 25—67）、介護福祉士が39.786歳（8.954, 24—65）、保育士が39.191歳（9.604, 25—63）であった。性別人数は、看護師が男性9人、女性54人、介護福祉士が男性40人、女性30人、保育士が男性2人、女性45人であった。さらに現職場での平均勤務年数（標準偏差）は、看護師が6.714年（7.163）、介護福祉士が6.229年（4.531）、保育士が8.894年（8.605）であった。

調査内容は、以下のとおりである。

PWLE, NWLEは、この調査のために作成した項目で測定した。またPD, PR, ND, NRは、2014年度の調査で作成した項目（Table 1）で測定した。なおPWLEは15項目、NWLEは17項目で構成される。①. 初めにPWLE, NWLEの各項目について、調査日の前週にあたる1週間の体験頻度を4段階（1：まったくなかった、2：あまりなかった、3：ときどきあった、4：しょっちゅうあった）で評定させた。②. つぎに①で2以上の評定値を得たPWLEまたはNWLE項目のうち、最も重要と判断された1項目のPDまたはNDの体験頻度を評定させた。評定期間と評定値は①と同じにした。③. 最後に②で2以上の評定値を得たPDまたはND項目から、最も重要と判断された1項目に対する周囲の職場スタッフから受けたPRまたはNRの体験頻度を評定させた。評定期間と評定値は①②と同様とした。

PAとNAは日本語版PANAS（佐藤・安田、2001）を用いて測定した。各項目の評定期間と評定値はPWLE等と同様にした。

うつは日本語版CES-D（島・鹿野・北村・浅井、1985）を用いて測定した。各項目を島他（1985）に準じ4段階（1：この1週間全くないか、あったとしても1日も続かない、2：週のうち1—2日、3：週のうち3—4日、4：週のうち5日以上）で評定させた。

データの整理と分析方法について、得られたデータは各調査回で変数ごとに合計し、得点化した。これらの得点を用いて、モデル1, 2, 3に沿った構造方程式モデリングによるマルチレベル分析、つまりマルチレベル構造方程式モデリング（Multilevel Structural Equations Modeling：以下MSEMとする）分

析を行った。なおこの分析において、Withinレベルでは全てのパス係数と全変数の誤差分散に職種間で等値制約を行い、Betweenレベルでは全てのパス係数と切片、および全変数の誤差分散に職種間で等値制約を行った。MSEM分析はMplus ver7.4を用いて実施した。

(3) 2016年度

2016年度の主目的は、2015年度の成果をもとに、社会的共有行動（PD, PR, ND, NR）の観点から、「対人援助職者のメンタルヘルスのためのコラボプラン」を開発することであった。そのため、2015年度の研究成果をもとに、SST（Social Skills Training）に枠組みを用いてコラボプランを作成した。

4. 研究成果

「3. 研究の方法」と同じように、(1) 2014年度、(2) 2015年度、(3) 2016年度に分けて報告する。

(1) 2014年度

調査で得られた資料は以下の①②③の手続きによって分析した。

①. 開示または応答したことのある最も印象的なPWLE, NWLEとして選択された項目の度数を算出した。そして、開示、応答ごとに度数が上位となったPWLEまたはNWLE項目を選出した。

②. 「①」で選出されたPWLE, NWLE項目について、開示と応答の両方で確認されたPWLE, NWLE項目を同定した。同定された項目は多くの調査対象者によって開示、応答されていた項目、すなわち広く対人援助職者に共有されていた項目と考えられた。よって、これらの項目を「社会的共有項目」とした。

③. 「社会的共有項目」に関するPD, PR, ND, NRの自由記述を項目化した。その際に、自由記述の内容をもれなく項目化するために、記述内容を類別した。結果として、PDはPWLE体験時の心理状態の伝達、またはPWLE体験自体の伝達を目的とする2領域で類別された。PRはPDに対して共感・受容、相互理解・発展、肯定・高評価、情報収集のそれぞれを目的とする4領域で類別された。NDはNWLE体験時の心理状態の伝達、またはNWLEの解決・対処を目的とする2領域で類別された。NRはNDに対して受容・励まし、または解決・協力を目的とする2領域で類別された。これらの類別を受け、各領域を代表する項目が作成された。最終的にPD, ND, NRはそれぞれ6項目で構成され、PRのみ12項目で構成された。Table 1に各項目の例を示す。

Table 1

PD, PR, ND, NR項目の代表例	
変数名	項目
PD	PWLEを体験して、うれしかったので、その気持ちを職場スタッフに打ち明けた。
	PWLEを体験して得られたことを、職場に広めるために、職場スタッフへ伝えた。

	その職場スタッフは、私に共感して、話を聞いていた。
PR	その職場スタッフは、PWLEについて、お互いに理解を深めようとして、話を聞いていた。
	その職場スタッフは、私を肯定しようとして、話を聞いていた。
	その職場スタッフは、PWLEから、情報を収集しようとして、話を聞いていた。
ND	NWLEの体験がショックだったので、その時の気持ちを、職場スタッフに聞いてもらった。
	体験したNWLEに、対処するために、職場スタッフに話した。
NR	その職場スタッフは、私を受容しようとして、話を聞いていた。
	その職場スタッフは、私に協力しようとして、話を聞いていた。

(2) 2015 年度

初めに、モデル 1 (Figure 1) の分析を報告する。なお、ここでは特に PWLE から PD, PR, そして PWLE と PA に至るまでの間接効果に着目して報告する。分析の結果、間接効果は Within レベルのみで有意であった。また、その間接効果は正であった (Figure 3)。

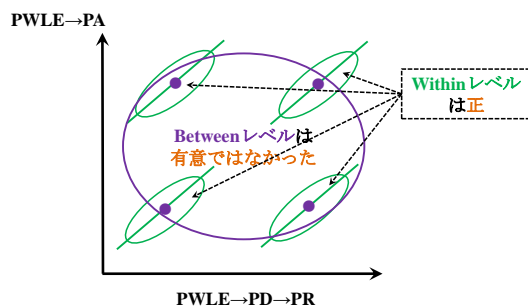


Figure 3. モデル1の分析結果

この結果から、対人援助職者の一人ひとりにおいては、PWLE を体験すると、PD, PR という社会的共有行動が行われて、PWLE の体験頻度が高まり、結果として PA の体験頻度は高まると考えられた。しかし、それぞれの研究対象者の平均点を用いて、対人援助職者間の傾向を見ると、PWLE→PD→PR という一連の社会的共有行動の体験頻度と PWLE→PA に関する体験頻度に影響関係は認められないと考えられた。

次に、モデル 2 (Figure 1) の分析結果について報告する。ここでもモデル 1 と同じように、NWLE から ND, NR, NWLE そして NA に至る間接効果を報告する。分析の結果、間接効果は Within, Between の両レベルで有意であった。ただし、Within レベルは正、Between レベルは負となった (Figure 4)。

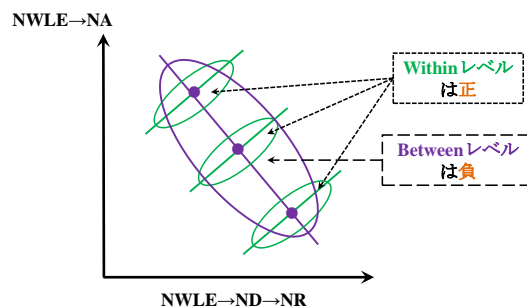


Figure 4. モデル2の分析結果

この結果から、まず対人援助職者の一人ひとりにおいては、NWLE を体験し、ND, NR という社会的共有行動が行われると、結果的に NWLE および NA の体験頻度は高くなると考えられた。ただし、それぞれの平均点を用いて、対人援助職者間の平均的傾向を検討すると、NWLE を平均して多く体験すれば、ND, NR という社会的共有行動も平均して多く行われ、NWLE の体験頻度は平均的に低下し、結果として NA の体験頻度も平均的に低下する、という傾向が認められると考えられた。

さらに、モデル 3 (Figure 2) の分析結果を報告する。ここでもモデル 1, モデル 2 の分析をふまえて、間接効果について報告する。間接効果は 2 種類ある。一つは PWLE から PD, PR, PWLE, そしてうつに至るまでの間接効果①、もう一つは NWLE から ND, NR, NWLE, そしてうつに至るまでの間接効果②である。分析の結果、まず間接効果①は Within レベルのみで有意であり、負であった (Figure 5)。しかし、間接効果②は Within レベルと Between レベルの両レベルで有意な効果は認められなかった。

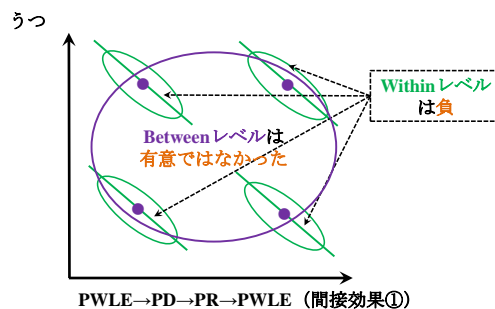


Figure 5. モデル3の分析結果

この結果から、対人援助職者の一人ひとりにおいては、PWLE を体験すると、PD, PR という社会的共有行動が行われて、PWLE の体験頻度が高まり、結果としてうつは軽減すると考えられた。しかし、それぞれの平均点を用いて、対人援助職者間の平均的傾向を分析すると、PWLE→PD→PR という社会的共有行動の一連の状況と、うつの程度に影響関係は認められないと考えられた。

最後に、モデル 1, 2, 3 の結果を整理すると、以下の 2 点が予測される。

①対人援助職者の一人ひとりにおいて、PWLEを体験してPDし、PRされるという社会的共有行動の体験頻度が高くなる状況では、一人ひとりのPWLEの体験頻度が増え、結果としてPAの体験頻度が高まり、うつは軽減される。

②対人援助職者の一人ひとりにおいてNWLEを体験してNDし、NRされるという社会的共有行動の体験頻度が高くなる状況では、一人ひとりのNWLEおよびNAの体験頻度も高まる。ただし、NWLEを体験してNDし、NRされるという社会的共有行動の体験頻度が対人援助職者間で平均して高くなる状況では、NWLEとNAの体験頻度は対人援助職者間で平均的に低下する。

(3) 2016年度

2015年度の成果である上記の①、②から、「対人援助職者のメンタルヘルスのためのコラボプラン」を検討した。特にここではSSTの枠組みを用いてコラボプランを検討した。SSTは「導入→教示→モデリング→リハーサル→フィードバック→般化」という枠組みで行われるが、今回のコラボプランでは、特に「教示→モデリング→リハーサル→フィードバック」に着目した。なお、モデリングは基本的にモデル(PD, PR, ND, NRについて模範となる他者)となる人がいることを想定する。ただし、このモデルをWithinレベルで得られた結果から想定するのは困難である。よってWithinレベルではモデリングをPD, PR, ND, NRのリストを使った「セルフチェック(きづく)」という手続きで代えた。また、SSTは基本的に集団で(職場の仲間と一緒に)行うことを前提とする。

①はWithinレベルのPWLEに関する社会的共有行動の成果であった。したがって、各対人援助職者のPDまたはPRに着目したSSTが、対人援助職者のポジティブ感情の体験頻度の向上、ならびに、うつの軽減に貢献すると考えられた。以下に一例を示す。

教示: PDを行うと、あなたのメンタルヘルスは良い状態で保たれます。

セルフチェック: PDについてチェック(1:まったくできていない, 2:あまりできていない, 3:ときどきできている, 4:しょっちゅうできている)してみましょう。

行動リハーサル: 以上で「1:まったくできていない, 2:あまりできていない」とチェックしたのについて、ロールプレイ(二人一組)で繰り返しやってみましょう。

フィードバック: (行動リハーサルの数日後)前回のセッションから、あなたはどの程度、PDができるようになったでしょうか?再度、チェックしてみましょう。

次に、②はWithinレベルとBetweenレベルの両方におけるNWLEに関する社会的共有行動の成果であった。ただし、Withinレベルの成果はNDまたはNRがメンタルヘルスに及ぼす悪影響を指摘するものであった。よってWithinレベルの成果からは、SSTにおける

「教示」に限定して検討する。一方、Betweenレベルの成果からは、対人援助職者間のNDまたはNRの体験頻度の差(違い、高低)に着目したSSTが、対人援助職者のNAの軽減に貢献すると考えられた。以下に一例を示す。

教示 1: NDすること、そして、それに対するNRに気づくことは、あなたにとってつらいこと(ネガティブ感情を体験してしまうこと)かもしれません。ただし、NDし、またNRされることで、そのつらさの平均値は下がります。

教示 2: NDをよく実行している人(通称Aさん)は、メンタルヘルスが良好な状態にあります。

モデリング+行動リハーサル: AさんのNDには、いくつかのパターンがあります。あなたができそうなAさんのマネを、ロールプレイ(二人一組)で繰り返しやってみましょう。

フィードバック: Aさんのマネができるようになったかどうか、皆にチェックしてもらいましょう。

(4) 今後の展望

本研究では調査対象者として看護師、介護福祉士、保育士に着目したが、今後は他の対人援助職者も取り上げて研究成果を検証する予定である。また、今回の調査で得られたデータをより詳細に分析したうえで、「対人援助職者のメンタルヘルスのためのコラボプラン」は精練し、実用性を高めていく予定である。

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0件)

[学会発表] (計6件)

①. 森本寛訓・瀧川真也・黒田裕子・稲田正文, 対人援助職者のポジティブ・ネガティブ職業生活出来事に対する社会的共有行動の内容に関する予備的検討, 岡山心理学会第62回大会, 2014年12月13日, 中国学園大学・中国短期大学(岡山県・岡山市)

②. 森本寛訓・瀧川真也・長田久雄, 対人援助職者のポジティブ・ネガティブ職業生活出来事に対する社会的共有行動の時期と場面に係る予備的検討, 日本健康心理学会第28回大会, 2015年9月6日, 桜美林大学(東京都・町田市)

③. 森本寛訓・瀧川真也・黒田裕子・稲田正文・長田久雄, 対人援助職者のポジティブ・ネガティブ職業生活出来事に対する社会的共有行動の対象者に関する予備的検討, 日本心理学会第79回大会, 2015年9月22日, 名古屋国際会議場(愛知県・名古屋市)

④. 森本寛訓・長田久雄 (2015). 対人援助職者のポジティブ・ネガティブ職業生活出来事に対する社会的共有行動に着目したメンタルヘルス保持に関する一検討, 日本ヒューマン・ケア心理学会学術集会第17回大会,

2015年9月26日，日本赤十字看護大学（東京都・渋谷区）

⑤. 森本寛訓・瀧川真也・黒田裕子，対人援助職者の職業生活出来事に対する社会的共有行動と文脈的業績との関連の分析——対人援助職者のメンタルヘルス保持をねらいとして——，日本健康心理学会第29回大会，2016年11月20日，岡山大学（岡山県・岡山市）

⑥. 森本寛訓・瀧川真也・黒田裕子・稲田正文，対人援助職者の職業生活出来事に対する社会的共有行動がうつに与える影響の予備的分析，岡山心理学会第64回大会，2016年12月17日，山陽学園大学・山陽学園短期大学（岡山県・岡山市）

〔図書〕（計0件）

〔産業財産権〕

○出願状況（計0件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年月日：
国内外の別：

○取得状況（計0件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年月日：
国内外の別：

〔その他〕

ホームページ等

対人援助職者の精神的健康保持のための手法の開発～社会的共有行動に焦点を当てて～

<http://pwle-nwle-social-sharing.org/>

6. 研究組織

(1)研究代表者

森本 寛訓 (MORIMOTO, Hiromichi)

川崎医療短期大学・一般教養・講師

研究者番号：40351960

(2)研究分担者

瀧川 真也 (TAKIGAWA, Shinya)

川崎医療福祉大学・医療福祉学部・講師

研究者番号：10587281

黒田 裕子 (KURODA, Yuko)

川崎医療短期大学・看護科・教授

研究者番号：80342294