

令和 2 年 6 月 30 日現在

機関番号：21601

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2019

課題番号：16K04408

研究課題名(和文) 共感性疲労予防プログラムによるストレス低減効果の検証

研究課題名(英文) Examination of the Effect of a Compassion Fatigue Prevention Program Utilizing Mindfulness on Stress Reduction

研究代表者

瀬藤 乃理子 (Setou, Noriko)

福島県立医科大学・医学部・准教授

研究者番号：70273795

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,500,000円

研究成果の概要(和文)：90%以上の参加者がプログラムに満足と回答した。アンケートの自由記述欄の分析では、受講を通してセルフケアに関する知識や技術を獲得しただけでなく、後半のマインドフルネスの実技演習中に自らの心身の変化を実感し、それがセルフケアの動機づけを高めていた。また、気分変化として「活性度」「安定度」「快適度」の有意な正の変化が認められた。

生理的指標では、実技演習中に体表温度および脳波の波やSMR波のパワーの漸次的な上昇と、心拍変動においては実技後半にLF、HFともに高い振幅が出現していた。本プログラムは、気分の活性化という心理的な即時効果と同時に、自律神経系などの即時的な効果が期待できる可能性がある。

研究成果の学術的意義や社会的意義

主観的な気分と生理的指標の両面から効果を検証したことで、満足度が高く、安全で心身ともに短時間での活性化が期待できるセルフケア・プログラムであることが明らかになった。また、参加者のプログラム中の変化をもとに、実技中の教示方法や日常的な取り組み方法の呈示を工夫することで、プログラムを洗練化することができた。共感性疲労に関する文献および調査研究を進め、そのリスクと対策の重要性を広く発信した。

研究成果の概要(英文)：More than 90% of the participants were satisfied with the program. Analysis of the free response section of the questionnaire qualitatively showed that not only did they acquire knowledge and skills about self-care through the course, but they also experienced physical and psychological changes during the practical mindfulness exercises in the latter half of the program, which increased their motivation towards their own self-care. Significant positive changes in activity, stability, and comfort were also observed as moods changed. In terms of physiological indicators, there was a gradual increase in body surface temperature and EEG alpha and SMR wave power during the practical exercises and the emergence of higher amplitudes of LF and HF in the latter half of the practical exercises. The results suggest that the program may have an immediate psychological effect on mood activation as well as rapid effects on the autonomic nervous system.

研究分野：臨床心理学

キーワード：共感性疲労 マインドフルネス ストレス低減 プログラム効果

1. 研究開始当初の背景

終末期医療や災害支援の現場、自死遺族支援などでは、支援の対象者の深い悲しみや苦悩に寄り添い、相手からどのような訴えにも、それに合わせた適切な対応が求められる。そのため、支援者に過重なストレスがかかりやすい。例えば、われわれが行った研究では、担当し看取った子どもの遺族へのサポートを行う小児科医の約**55%**、災害後に被災者支援を行う支援者の約**57%**が、高いストレス状態にあった(2013, 2014 瀬藤)。このようなストレスが長期的に継続すると、支援者側に心身の過度な疲労や感情の枯渇を伴うバーンアウト(燃え尽き)が生じることが報告されている。近年、対人援助職のバーンアウトの重要な要素として「共感性疲労(Compassion Fatigue)」が注目されている。共感性疲労は、外傷的な出来事に遭遇した人たちの強い感情体験に共感することによって、支援者側に生じる**2**次的なストレス状態をさし(2002 Figley) 支援者を休職や離職に追い込むほどの強いストレスとなる場合がある。海外の調査によると、ホスピスに勤務する看護師の**78%**が中等度の、**26%**が高い共感性疲労の状態にあったと報告されている(2013 El-bar)。このように、バーンアウトや共感性疲労の問題は深刻であるが、これまでの日本では、対人援助職のストレス対処は個人に任されていることが多く、また組織としてもスタッフケアに苦慮している職場が多くみられた。また終末期医療や災害支援の現場など、非常にクリティカルな現場で働く支援職は、時間的な余裕もなく、継続的な研修の時間を設けることが難しい現状もあった。

そこでわれわれは、支援者の共感性疲労の対策として、韓国内丹修練法を活用した瞑想プログラムにヒントを得て、支援者のストレスやストレスケアに関する講義と、マインドフルネスの実技が組みこまれた単回の支援者向け「共感性疲労予防プログラム」の開発に着手した(平成 25~27 基盤 C「遺族支援における共感性疲労の予防プログラムの開発」研究代表:瀬藤)。開発当初から、このプログラムは参加者に好評を得て、平成 27 年までに**1000**名以上がこのプログラムに参加した。また、研修後のアンケートでは、このプログラムに参加した**9**割以上の人たちから、「役立つ」「再受講したい」といった声が聞かれた。

2. 研究の目的

「共感性疲労予防プログラム」は、全体で**2**時間半を基本とする単回の研修プログラムである。前半に支援者のストレスやマインドフルネス(ストレスケアの方法)に関する講義(約**60**分)を行ったあと、自宅で行える練習方法として、丹田呼吸やボディ・スキャンなどの実技練習を行う(約**20**分)。その後、約**35**分かけて自分の心の状態を眺めるセルフチェックを組み合わせながら、マインドフルネスの実技練習として、いくつかのセルフケアの方法を実際に行う。具体的には、体をほぐす、丹田呼吸・ボディ・スキャン、マッサージ(2人組)、体を叩く(開穴)、ダンス、安全な場所をイメージする、の各実技を**3**分ずつ行い、これらの静・動の心身技法を1つ行うたびに、セルフチェック用紙に自分の心の状態を記入する、という作業を繰り返し行う。実技演習のあと、まとめの講義(**25**分)を行い、全てのプログラムが終了となる。

本研究の目的は、この「共感性疲労予防プログラム」が、どのように援助職のストレス低減に役立つのかについて、自記式質問紙によるプログラム前後の主観的評価と、心拍変動・脳波・体温変化などの生理的指標による客観的評価の両面から検証することである。

また、バーンアウトや共感性疲労の予防は、支援職のメンタルヘルスの問題に対する理解を深めるとともに、自分の職業的特性からくるストレスを理解し、自分自身でメンタルヘルスを管理できるように日常生活を整えることが大切である。そこで、支援職の共感性疲労予防としてこれまで得られている有益な知見や、本研究で得られたプログラム効果などを組み込み、日常生活でも実践・活用できるようにプログラムに改変を加え、プログラム全体を洗練化したいと考えた。

3. 研究の方法

(1) プログラム前後の主観的評価

プログラム後の参加者の感想の質的分析

本プログラムに参加した医療現場や災害後の被災地で支援職として働く人たちに対し、プログラム終了後にプログラムの満足度と、プログラムの感想を自由記述するアンケートを実施し、「プログラムの効果」を表していると思われる感想の内容を質的に分析した。質的分析の手順に従い、2名の分析者により複数回、吟味を繰り返し、カテゴリを生成した。

プログラム前後の気分効果の検討

本プログラムに参加した医療現場や災害後の被災地で支援職として働く人たちに対し、プログラム中のセルフケアの実技演習の前後に、二次元気分尺度(TDMS-ST:アイエムエフ社製)を用い、気分効果を測定した。気分を表す8項目「落ち着いた」「イライラした」「無気力な」「活

気にあふれた」「リラックスした」「ピリピリした」「だらけた」「イキイキした」と、そこから導かれる心の「活性度」「安定度」「快適度」「覚醒度」の因子得点を算出し、プログラム前後の得点を Wilcoxon の符号順位検定にて統計的に解析した。

(2) プログラム中の生理的指標の変化

心拍変動および皮膚体表温度の変化

医療従事者 6 名に対し、左胸部に心拍センサー (My Beat: ユニオンツール社製) を装着し、実技演習前後の安静 (閉眼 3 分) と、主観的評価で特に気分活性効果の高かった実技演習中の皮膚体表温度と心拍変動を継続的に測定した。心拍変動は実技時間ごとの区間平均値を Low frequency (LF)、high frequency (HF)、LF-HF 比 (LF/HF) に分けてグラフ化し、傾向を確認したのち、顕著な変化が認められた区間平均値と、プログラム前の安静時の区間平均値との間で、Shapiro-Wilk 検定で正規性を確認後、対応のある t 検定実施した。

脳波の変化

脳波は、医療従事者 6 名に対し、バイオフィードバック測定装置 Biograph Infinity (ソートネクスト社製) の脳波計を装着し、実技演習前後の安静 (閉眼 3 分) と実技演習中の脳波を継続的に計測した、Infinity の解析項目の中で、波 (リラックスに關与) と SMR 波 (集中力に關与) の各パワーの区間平均値を算出し、演習前後で対応のある t 検定を実施した。

4. 研究成果

(1) プログラム前後の主観的評価

プログラム後の感想の質的分析

対象は医療現場および災害後の被災地で支援職として働く 169 名で、90%以上の参加者が本プログラムに対し、「満足」「とても満足」と回答した。プログラムの感想を、質的に分析した結果、【知識や技術の獲得】【実践への動機づけ】【自己の振り返り】【気分の変化】【身体感覚の変化】の 5 つのカテゴリが抽出された。特に、参加者の多くが、プログラムの後半にあるマインドフルネスの実技演習中に、「気持ちが落ち着いた」「体が温かくなった」などの自らの心身の変化を実感し、それがセルフケアの動機づけを高めていた。

プログラム前後の気分効果の検討

対象は、プログラムに参加した被災地の支援職 (医療職・行政職など) 54 名で、気分を表す 8 項目の実技演習前後の変化を図 3 に、「活性度」「安定度」「快適度」「覚醒度」の因子得点の変化を表 3 に示した。8 項目中、6 項目で気分の改善が有意にみられ、因子得点では、「覚醒度」以外の「活性度」「安定度」「快適度」で有意な正の変化が認められた。

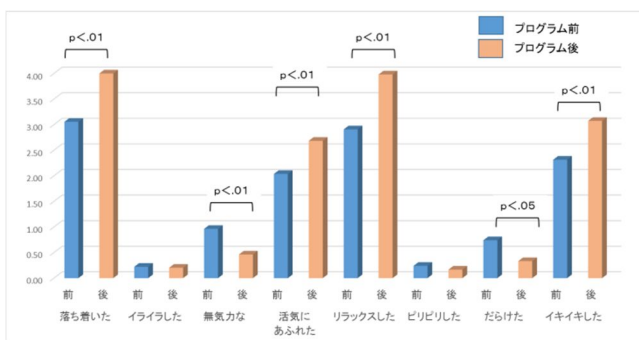


図 1 実技演習前後の気分変化

因子	活性度V**		安定度S**		快適度P**		覚醒度A	
	前	後	前	後	前	後	前	後
平均	2.80	5.00	5.50	7.60	8.30	12.60	-2.60	-2.40
標準偏差	3.70	3.80	2.70	2.50	5.50	5.70	3.30	3.00
p 値	0.001		0.001		0.000		0.453	

表 1 実技演習前後の気分の因子得点

気分変化では、プログラム前後で「活性度」「安定度」「快適度」の有意な正の変化が認められ、参加者の感想の質的分析に見られた気分や身体感覚の変化を裏づける結果となった。一方、因子得点の中の「覚醒度」は変化が見られなかった。本プログラムの実技では、< 静と動 > の変化、< 演習形態 (1 人・2 人組) > の変化、< 音楽やリズムの変化 > など多様な変化が組みこまれ、すべての実技が 3 分程度と短く、セルフチェックも入るため、マインドフルネスの初学者であっても、気分を活性化することができ、一方で、眠くなる・気分が高揚するなどの覚醒度は変化しないと考えられた。

ヨガなどのプログラムの前後に TDMS-ST で気分変化を測定した先行研究では、安定度や快適度が増すと同時に、リラックスして覚醒度が低下するという報告も見られる。本プログラムでは、短時間の実技とセルフチェックを繰り返すことで、マインドフルネスの特性である「注意」「集中」「気づき」が初心者であっても経験しやすく、覚醒度を落とさずに自分の心理的変

化を実感できる点が、利点の1つと考えられた。

(2) プログラム中の生理的指標の変化

体表温度の6名の平均値は、演習前 $26.73 \pm 0.08 (^{\circ})$ 、演習後 $28.05 \pm 0.04 (^{\circ})$ で、演習後に有意に上昇していた ($p < .05$)。

心拍変動は、6名それぞれの LF、HF の推移をそれぞれ Lightstone 社製オリジンソフトを用いてグラフ化し傾向を見たところ、LF、HF ともに6名全員で後半の「ダンス」や「安全な場所のイメージ」の時間帯で高値となり、全体としては後半に大きな山のある一峰性または二峰性のグラフの形状を示した。脳波は、 α 波の power はすべての被験者で演習前後で 1.04 ~ 1.53 倍上昇 ($p < .05$)、SMR 波の power は1人を除いて 1.26 ~ 2.10 倍上昇していた。

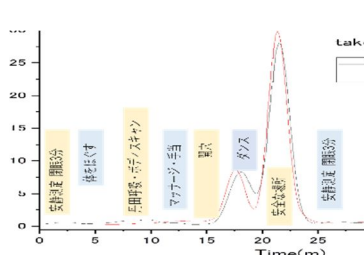


図2・3 実技演習中の HF と LF

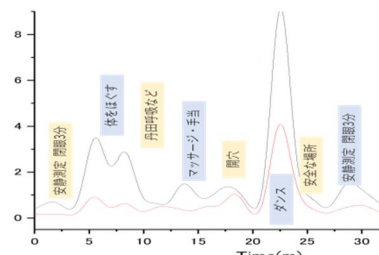
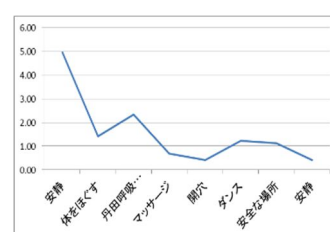


図4 LF/HF の推移



生理的指標では、1つの実技時間は3分と非常に短いにも関わらず、6名全員にプログラムの後半に体表温度の漸次的な上昇と、LF と HF 両方の高い振幅がみられた。一般に、心拍変動の生理的機序として、LF は血管運動性の交感神経の指標、HF は呼吸性の副交感神経の指標、LF/HF はストレス指標と考えられている。しかし、心拍変動の変化は通常、個人差が大きく、パターン化した波形が見られることは少ない。今回の測定においては、すべての被験者の波形に同じ傾向がみられ、後半にいくほど、交感神経・副交感神経の両方の変化と、体温の上昇、脳波の安定と集中力の上昇が見られた。プログラム効果としては、さらに数を増やして詳しい分析が必要であるが、本プログラムでは、気分の活性化という心理的な即時効果だけでなく、自律神経系に対しても、即時的な効果が期待できる可能性が示唆された。

(3) プログラムの実践と改良、課題

上記の本プログラムの研究結果は、学会発表や学術誌への掲載等で公表した。また、そのほかに、共感性疲労に関する概説(2019 瀬藤)、被災支援者の共感性疲労とその要因に関する調査(2018 Setou)、がん患者を看護する看護師の共感性疲労に関する調査(2017, 2020Fukumori)、患者の自殺に直面した精神科病院に勤務する看護師のストレスに関する調査(2020 坂口)などの関連調査を行い、最新の共感性疲労の知見として、プログラム中で紹介した。また、上記で示されたプログラム中の参加者の気分変化・自律神経系の変化をもとに、実技中の指示方法や日常的な取り組み方法の提示を工夫し、プログラムの洗練化をはかった。

研究期間中(2016年度~2019年度)、本プログラムの開催回数は全部で39回で、4年間で約900名を超える支援者が参加され、参加者アンケートの結果は非常に好評であった。また、研修会のリピート率も上昇し、対象も支援職だけでなく、被災者・一般の勤労者・子育て中の母親などに実施してほしいという要望も増えており、実技演習部分は一般的なストレス対策としても幅広い対象者に使える可能性がある。

本プログラムは、今回報告したプログラムの効果のほかにも、単回で実施可能、講義と実技の両方があり、すぐに日々に生かしやすい、参加者の職種や経験年数を限定しない、セルフケアの動機づけが促される、多人数(最大70名)を一斉に研修ができる、などのメリットがあり、特に支援職のメンタルヘルスの一次予防プログラムとして有効と思われる。

今後の展開として、フォローアップも含め複数回で実施する一次予防プログラムとして組み直すことや、既にメンタルヘルスの不調をきたしている人向けの集団セルフケアプログラムとしても、応用範囲を広げていきたいと考えている。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計19件（うち査読付論文 14件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 6件）

1. 著者名 Setou N, Fukumori T, Nakao K, Maeda M	4. 巻 12
2. 論文標題 Factors related to the fatigue of relief workers in areas affected by the Great East Japan Earthquake: Survey results 2.5 years after the disaster	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 BioPsychoSocial Medicine	6. 最初と最後の頁 00-00
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1186/s13030-018-0133-0	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -
1. 著者名 瀬藤乃理子、前田正治	4. 巻 45
2. 論文標題 災害とグリーンワーク	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 精神療法	6. 最初と最後の頁 39-45
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -
1. 著者名 福森崇貴、後藤豊実、佐藤寛	4. 巻 89
2. 論文標題 看護師を対象としたProQOL日本語版(ProQOL-JN)の作成	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 心理学研究	6. 最初と最後の頁 150-159
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -
1. 著者名 大槻奈緒子, 中塘二三生, 坂口幸弘	4. 巻 11
2. 論文標題 睡眠時心拍変動に着目した障害児家族介護	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 人間福祉学研究	6. 最初と最後の頁 117-126
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 瀬藤乃理子、片桐祥雅、西上智彦、中尾和久	4. 巻 12
2. 論文標題 メンタルヘルスに対する運動による介入に関する近年の動向	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 甲南女子大学研究紀要看護リハビリテーション学編	6. 最初と最後の頁 1 - 12
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Kitao M, Setou N, Yamamoto A, et al.	4. 巻 64
2. 論文標題 Associated factors of psychological distress among Japanese NICU nurses in supporting bereaved families who have lost a child	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 Kobe Journal of Medical Sciences	6. 最初と最後の頁 印刷中
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 Takaki Fukumori, Atsuko Miyazaki, Chihiro Takaba, et al.	4. 巻 27
2. 論文標題 Cognitive reactions of nurses exposed to cancer patient's traumatic experiences: A qualitative study to identify triggers of the onset of compassion fatigue	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 Psycho-Oncology	6. 最初と最後の頁 620-625
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1002/pon.4555	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 福森崇貴	4. 巻 30
2. 論文標題 心理士のストレス	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 精神科	6. 最初と最後の頁 543 - 547
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 瀬藤乃理子、石井千賀子	4. 巻 58
2. 論文標題 災害とレジリエンス	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 保健の科学	6. 最初と最後の頁 750 - 755
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 坂口幸弘	4. 巻 11
2. 論文標題 わが国のホスピス・緩和ケア病棟における遺族ケアサービスの実施状況	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 Palliative Care Research	6. 最初と最後の頁 137 - 145
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 坂口幸弘	4. 巻 27
2. 論文標題 緩和ケアにおけるピリブメントの理解	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 緩和ケア	6. 最初と最後の頁 77 - 80
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 大槻奈緒子・坂口幸弘	4. 巻 27
2. 論文標題 看護領域別でのグリーフ研究の動向	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 緩和ケア	6. 最初と最後の頁 112 - 115
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Emiko Imai, Yoshitada Katagiri, Hiroshi Hosaka, Kiyoshi Itao	4. 巻 6
2. 論文標題 Individual Differences in Cognitive Performance Regulated by Deep-Brain Activity during Mild Passive Hyperthermia and Neck Cooling	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 J. Behav. Brain. Sci.,	6. 最初と最後の頁 305-316
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.4236/jbbs.2016.68030.	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 福森崇貴, 後藤豊実, 佐藤寛	4. 巻 89
2. 論文標題 看護師を対象としたProQOL日本語版(ProQOL-JN)の作成	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 心理学研究	6. 最初と最後の頁 150-159
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Takaki Fukumori, Atsuko Miyazaki, Chihiro Takaba, et al	4. 巻 26
2. 論文標題 Nurses' thoughts in response to witnessing the traumatic experience of cancer patients: Frequency of cognitive reactions in the development of compassion fatigue	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 PSYCHO-ONCOLOGY	6. 最初と最後の頁 148-149
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Araki Ariko, Imai Emiko, Katagiri Yoshitada	4. 巻 8
2. 論文標題 Role of the Dorsal Anterior Cingulate Cortex in Relational Memory Formation: A Deep Brain Activity Index Study	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 Journal of Behavioral and Brain Science	6. 最初と最後の頁 00-00
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.4236/jbbs.2018.85017	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 瀬藤乃理子、坂口幸弘、丸山総一郎	4. 巻 27
2. 論文標題 マインドフルネスを活用した「セルフケアプログラム」の試み～一次予防プログラムとしての有用性の検討～	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 産業ストレス研究	6. 最初と最後の頁 263-271
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 坂口幸弘、瀬藤乃理子	4. 巻 27
2. 論文標題 精神科病院に勤務する看護師における患者の自殺に直面した経験とストレス反応, 対処方略, 複雑性悲嘆との関連	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 産業ストレス研究	6. 最初と最後の頁 211-219
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Takaki Fukumori, Atsuko Miyazaki, Chihiro Takaba, et al	4. 巻 59
2. 論文標題 Traumatic Events Among Cancer Patients That Lead to Compassion Fatigue in Nurses: A Qualitative Study	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 Journal of pain and symptom management	6. 最初と最後の頁 254-260
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1016/j.jpainsymman.2019.09.026	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計25件 (うち招待講演 9件 / うち国際学会 2件)

1. 発表者名 瀬藤乃理子
2. 発表標題 マインドフルネス瞑想とグリーンフ
3. 学会等名 霊性研究フォーラム第10回学術大会 (招待講演)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 瀬藤乃理子
2. 発表標題 小児がん闘病中および終末期のリハビリテーションと家族への支援
3. 学会等名 近畿小児血液・がん研究会（招待講演）
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 瀬藤乃理子
2. 発表標題 あいまいな喪失と支援者のレジリエンス
3. 学会等名 岩手県立病院医学会（地域連携医療福祉分科会）（招待講演）
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 瀬藤乃理子、前田正治
2. 発表標題 災害時の女性支援者特有のストレス
3. 学会等名 第30回福島県精神医学会学術大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 今井絵美子、片桐祥雅
2. 発表標題 心象に直結するオノマトペの神経生理学的基盤
3. 学会等名 HCGシンポジウム2018
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 今井給美子、片桐祥雅
2. 発表標題 ヒューリスティック認知を可能とする心象活性のsmallワールドモデル
3. 学会等名 第21回日本ヒト脳機能マッピング学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 Fukumori Takaki, Miyazaki Atsuko, Takaba Chihiro, Taniguchi Saki, Asai
2. 発表標題 Traumatic events of cancer patients that lead to nurses' compassion fatigue
3. 学会等名 The 20th World Congress of Psycho-Oncology and Psychosocial Academy (国際学会)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 坂口幸弘
2. 発表標題 死別と悲嘆をめぐる複眼的視座とその意義
3. 学会等名 第1回日本グリーフ&ピリープメント学会学術大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 伊東由康・尾花美幸・川上大輔・村上典子・坂口幸弘
2. 発表標題 わが国の救急医療における遺族ケアの現状と課題に関する全国調査
3. 学会等名 第1回日本グリーフ&ピリープメント学会学術大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 瀬藤乃理子
2. 発表標題 災害後の女性支援者の負担感とストレス
3. 学会等名 第46回日本女性心身医学会学術集会
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 北尾真梨、瀬藤乃理子、高田哲
2. 発表標題 遺族支援におけるNICU看護師の負担感について
3. 学会等名 第39回ハイリスク児フォローアップ研究会
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 Takaki Fukumori, Atsuko Miyazaki, Chihiro Takaba ,et al.
2. 発表標題 Nurses thoughts in response to witnessing the traumatic experience of cancer patients: Frequency of cognitive reactions in the development of compassion fatigue
3. 学会等名 19th WorldCongress of Psycho-Oncology and Psychosocial Academy (国際学会)
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 高橋留佳, 片桐祥雅
2. 発表標題 日常生活活動と血糖値上昇のメカニズム
3. 学会等名 第36回日本臨床運動療法学会学術集会
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 高橋 留佳, 片桐 祥雅
2. 発表標題 シフト勤務が血糖値の概日リズムに及ぼす影響
3. 学会等名 電子情報通信学会HCGシンポジウム2017
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 今井給美子 片桐祥雅
2. 発表標題 脳波による事象関連深部脳活動評価法と応用
3. 学会等名 第20回日本ヒト脳機能マッピング学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 瀬藤乃理子
2. 発表標題 子どもと家族を支援する人のメンタルヘルス～燃え尽きや共感性疲労を予防するために～
3. 学会等名 日本育療学会第20回学術集会（招待講演）
4. 発表年 2016年

1. 発表者名 瀬藤乃理子
2. 発表標題 対人援助職のストレス対策
3. 学会等名 第29回サイコオンコロジー学会（招待講演）
4. 発表年 2016年

1. 発表者名 高橋留佳、片桐祥雅
2. 発表標題 看護師の勤務形態の睡眠・生理・行動に及ぼす影響
3. 学会等名 電子情報通信学会HCGシンポジウム
4. 発表年 2016年

1. 発表者名 瀬藤乃理子
2. 発表標題 死別（喪失）と人間的成長
3. 学会等名 第18回日本トラウマティックストレス学会（招待講演）
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 竹林唯，前田正治，瀬藤乃理子 他
2. 発表標題 福島県で就労している行政職員のメンタルヘルスの経年変化
3. 学会等名 第115回日本精神神経学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 瀬藤乃理子
2. 発表標題 災害における「喪失と悲嘆」の支援
3. 学会等名 日本家族療法学会第36回北海道大会（招待講演）
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 瀬藤乃理子
2. 発表標題 内丹修練法を活用した「セルフケア・プログラム」の有用性の検討～演習中の気分変化と心拍変動等の生理的指標に着目して～
3. 学会等名 マインドフルネス学会第6回大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 瀬藤乃理子, 坂口幸弘, 丸山総一郎
2. 発表標題 一次予防をめざした「セルフケア・プログラム」の試み～プログラムの有用性の検証～
3. 学会等名 第27回産業ストレス学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 瀬藤乃理子
2. 発表標題 2つの震災から学んだ今後の災害への備え
3. 学会等名 神戸大学Well-beingと未来世紀都市学シンポジウム(招待講演)
4. 発表年 2020年

〔図書〕 計7件

1. 著者名 黒川雅代子、石井千賀子、中島聡美、瀬藤乃理子	4. 発行年 2019年
2. 出版社 誠信書房	5. 総ページ数 163
3. 書名 あいまいな喪失と家族のレジリエンス～災害支援の新しいアプローチ～	

1. 著者名 丸山総一郎（編） 瀬藤乃理子他（著）	4. 発行年 2017年
2. 出版社 南山堂	5. 総ページ数 404
3. 書名 女性のメンタルヘルス	

1. 著者名 船戸正久、鍋谷まこと（編） 分担執筆：瀬藤乃理子	4. 発行年 2016年
2. 出版社 診断と治療社	5. 総ページ数 223
3. 書名 改訂第2版 新生児・小児医療に関わる人のための看取りの医療	

1. 著者名 川島大輔、近藤恵（編） 分担執筆：瀬藤乃理子	4. 発行年 2016年
2. 出版社 新曜社	5. 総ページ数 294
3. 書名 はじめての死生心理学	

1. 著者名 丸山総一郎（編） 分担執筆：瀬藤乃理子	4. 発行年 2017年
2. 出版社 創元社	5. 総ページ数 381
3. 書名 働く女性のストレスとメンタルヘルスケア	

1. 著者名 坂口幸弘	4. 発行年 2019年
2. 出版社 光文社新書	5. 総ページ数 224
3. 書名 喪失学 - 「ロス後」をどう生きるか?	

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	坂口 幸弘 (Sakaguchi Yukihiro) (00368416)	関西学院大学・人間福祉学部・教授 (34504)	
研究分担者	片桐 祥雅 (Katagiri Yoshitada) (60462876)	東京大学・大学院工学系研究科・特任研究員 (12601)	
研究分担者	福森 崇貴 (Fukumori Takaki) (50453402)	徳島大学・大学院社会産業理工学研究部 社会総合科学域・准教授 (16101)	