

令和元年6月21日現在

機関番号：72696

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2018

課題番号：16K04417

研究課題名(和文) 個別心理療法とリワークプログラムの協同による復職支援の新しい心理療法モデルの確立

研究課題名(英文) Establishment of a new psychotherapy model for supporting returning to work that combines individual psychotherapy and a return-to-work program

研究代表者

館野 由美子 (TATEN0, Yumiko)

(財) 沖中記念成人病研究所・その他部局等・研究員

研究者番号：80570449

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,400,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、復職支援における個別心理療法とリワーク支援の協同による心理療法モデルを提示するために、復職を目指すクライアントの個別心理療法の過程に注目し分析をおこなった。その結果、職場への不適応要因および再適応要因が明らかになり、休職を繰り返す人の特徴についても指摘できた。不適応要因、再適応要因はそれぞれ個人要因と職場要因に大別でき、個人要因の解決には個別心理療法が有効であることが示された。また、リワーク支援との協同の可能性を探るため、リワーク支援施設にアンケート調査を実施した結果、復職過程では個別心理療法とリワーク支援を必要に応じて適宜組み合わせることが有用と考えられた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

メンタルヘルス不調者が休職して復職していく過程での再休職率は3割から5割と高く、これは産業精神保健領域における大きな課題のひとつである。本研究では、復職を目指すクライアントの個別心理療法の過程を分析し、職場への不適応要因および再適応要因を明らかにした。不適応要因、再適応要因は個人要因と職場要因に大別でき、復職を繰り返すクライアントには個人要因に課題がある者が多かった。個人要因については個別心理療法で解決に向けた話し合いをすることが可能で、復職過程では個別心理療法とリワーク支援を必要に応じて適宜組み合わせることが、再休職予防に有用であると考えられた。

研究成果の概要(英文)： This study analyzed individual psychotherapy for clients aiming to return to work, in order to propose a new psychotherapy model for supporting returning to work that combines individual psychotherapy and return-to-work program. We clarified the maladaptation factors and re-adaptation factors and isolated the characteristics of people who repeatedly take leaves of absence from work. Maladaptation factors and re-adaptation factors were broadly divided into personal factors and workplace factors. Individual psychotherapy was effective in resolving personal factors. To explore the possibility of combining psychotherapy with return-to-work program, we administered questionnaires to centers providing such support. Responses indicated that combining individual psychotherapy and return-to-work program flexibly on an as-needed basis in the process of returning to work may be effective.

研究分野：臨床心理学

キーワード：復職支援 個別心理療法 再休職予防 職場不適応要因 職場再適応要因 リワーク支援 連携

様式 C - 19, F - 19 - 1, Z - 19, CK - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

我が国の労働者 6,000 万人のうち、現在約 276,000 人が心の健康問題で休職しており、推定約 5,100 億円/年の賃金が失われている（中央労働災害防止協, 2010）。厚生労働省が事業場向けマニュアルとして作成した「心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き」（改訂版）(2009)によれば、復職支援における事業場外資源の活用として、地域障害者職業センターが行うリワーク支援や民間の医療機関や EAP（従業員支援プログラム）によるリワークプログラムなどが挙げられており、実際にその有効性は複数報告されている（五十嵐, 2013；大木, 2012 など）。しかし、現実にはリワークプログラムに参加しても、休職により低下した能力が復職後に労働契約上求められる業務遂行レベルまで達しなかったり、再休職に至ってしまったり（再休職率は 1 年後で 28.9%, 5 年後で 50%）(秋山, 2014)することが問題視され、産業精神保健領域で解決すべき大きな課題となっている。

筆者らは、復職支援をテーマに個別心理療法を行った 46 名について、各治療者のケースレビューを分析し、職場不適合に影響を与えた要因を抽出し、職場不適合要因チェックリストを作成した（原ら, 2015）。職場不適合要因は仕事内容や職場の人間関係などの職場環境に関するもの（職場要因）と生活環境や生育歴上の問題など職場とは直接関係のない個人的状況に関するもの（個人要因）に分類できた。さらに事例検討を行ったところ、個人要因が職場不適合に大きく関与していることが明らかになり、個別心理療法でその問題を十分に扱い、本人の中で一定の解決がみられた後に安定した職場復帰を遂げた事例（館野, 2014）を複数確認できた。また、個別心理療法過程を分析する中では、今まで指摘されてこなかった復職後の再適応過程の特徴も浮き彫りになった。つまり、復職後、慣らし（時短）勤務、定時勤務、通常勤務と進む再適応過程で、思い通りに活躍できない状況の中、一時的に病状が悪化したような状態を呈し、本人も自信を失い、再休職の可能性に大きな不安を抱いたり、実際に再休職の危機に陥ったりする者が多かった。個別心理療法では、これらの状況を復職者とともに十分に吟味し、心理士のアセスメントを復職者にフィードバックし、自身の状況を客観化する作業を行い、その結果、再休職することなく復職後 1 年以上安定した勤務を続けることができていた。

以上より筆者らは、再休職予防のために復職過程で個別心理療法とリワークプログラムを適宜組み合わせることの有効性を考えた。

2. 研究の目的

本研究では、職場不適合者の復職後の再休職率低下のために、復職支援における個別心理療法の役割を明らかにし、個別心理療法とリワークプログラムとの協同による復職支援の新しい心理療法モデルを確立することを目的とする。

3. 研究の方法

本研究は以下の 4 研究から構成される。

(1) 個別心理療法から明らかになった職場不適合要因の分析

復職支援の心理療法を行ったクライアント 64 名の職場不適合要因について、職場不適合要因チェックリストを用いてその特徴を分析する。

(2) 個別心理療法から明らかになった職場再適応要因の分析

復職支援の心理療法を行ったクライアント 64 名の中で、復職後半年以上経過した 22 名の復職過程について各心理療法担当者がそのプロフィールを記述し、職場再適応要因を抽出し、職場再適応要因チェックリストを作成し、職場再適応要因について分析する。

(3) 複数回休職者の特徴の分析

職場不適応要因チェックリストおよび職場再適応要因チェックリストを用いて、複数回休職者の特徴を分析し、再休職予防の可能性を探る。

(4) リワーク支援実施施設へのアンケート調査

リワーク支援を実施している全国の障害者職業センター48施設を対象に、リワーク支援で行われている個人面接について、また復職支援において個別心理療法に期待する点について、リワーク支援と個別心理療法との併用についてアンケート調査を行ない、個別心理療法とリワークプログラムの協同の可能性を探る。

4. 研究成果

(1) 職場不適応要因の分析

復職支援の個別心理療法を受けた64名のクライアントについて、職場不適応要因として職場要因と個人要因を中心に分析した。その結果、職場要因としては仕事内容の問題、上司との関係の問題、異動などに伴う事柄などが示され、これらのいずれかに該当するクライアントは全体の95%を示した。また、個人要因としては生活環境や生育歴上の問題、抑うつ感や不安感、強迫的傾向などの心理的側面が示され、これらの問題に取り組むために復職支援における個別心理療法の必要性が示された。

(2) 職場再適応要因の分析

復職支援の心理療法を行い、復職後半年以上経過した22名のクライアントの復職過程について、各心理療法担当者がそのプロフィールを記述し再適応要因を抽出し、111項目から成る職場再適応要因チェックリストを作成した。職場再適応要因として職場要因と個人要因を中心に分析したところ、職場要因としては復職制度、異動に関わること、職場の人間関係などが示され、個人要因としては職場適応努力や復職に対する考え方の変化、家族関係などが示された。また、復職後半年以上の勤務を継続できているクライアント27名を再適応群として、その特徴を分析したところ、再適応群の職場環境として「安心できる職場環境だった」、「直属の上司が替わった」ことを指摘でき、さらに個人要因として「人間関係に関する不安が軽減した」ことを指摘できた。以上より、復職支援では、クライアントの職場のみならず職場外の人間関係にも幅広く配慮して支援していくことが、復職後の再適応の可能性を高めると考えられた。

(3) 複数回休職者の特徴の分析

職場不適応要因チェックリストおよび職場再適応要因チェックリストを用いて複数回休職者の特徴を分析した。その結果、複数回休職者には、「親世代との確執・親を乗り越えられない」、「生育歴上で母子関係の葛藤を持つ」、「低い自己評価」、「人事面談に上司が同席した」、「心理療法で父親との葛藤を話し合った」、「心理療法で母親との葛藤を話し合った」、「仕事以外の人間関係に変化があった」などの特徴を指摘できた。以上より、複数回休職者には親子関係に葛藤を持ち、それを心理療法で話し合うものが有意に多いことがわかり、初回休職時より心理療法で親子関係について積極的に話題にしていくことが再休職予防につながる可能性が示唆された。また、職場上司からの支援は復職過程で必要不可欠であり、初回休職時から積極的に上司の支援を要請していくことが有用と考えられた。さらに、ここでも仕事以外の人間関係が職場の再適応に影響を与える可能性が指摘され、心理療法では幅広く様々な人間関係について話題にしていく必要性が指摘された。

(4) リワーク支援実施施設へのアンケート調査

全国の障害者職業センター48施設を対象にアンケート調査を実施し、38施設より有効な回

答を得た。その結果、リワーク施設の個人面接では主に職場環境や生活習慣に関わる問題について解決を目指し、家族や生育歴上の問題、発達障害やパーソナリティの問題などは個別心理療法での解決に期待していることが明らかとなった。また、復職がうまくいかないクライアントの特徴のうち、リワーク支援での解決が難しいテーマとして発達障害やパーソナリティの問題、家族や生活環境の問題などが挙げられ、個別心理療法との協同の可能性が示唆された。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計1件)

舘野由美子，職場復帰後の安定した就労の再確立を目指した心理療法過程，心理臨床学研究，査読有，37巻第1号，2019，29-39

〔学会発表〕(計9件)

正田尋子 他，復職支援の心理療法から見えてきた職場不適応要因の分析，日本心理臨床学会第35回大会，2016年9月5日，パシフィコ横浜（神奈川県横浜市）

濱野晋吾 他，一回休職群と複数回休職群における職場不適応要因の比較分析 復職支援の個別心理療法を通して，日本心理臨床学会第36回大会，2017年11月20日，パシフィコ横浜（神奈川県横浜市）

櫻井美智子 他，復職支援の心理療法から見えてきた職場再適応要因の分析，日本心理臨床学会第36回大会，2017年11月20日，パシフィコ横浜（神奈川県横浜市）

舘野由美子 他，再休職予防のための職場再適応要因の分析，日本心理臨床学会第36回大会，2017年11月20日，パシフィコ横浜（神奈川県横浜市）

Yumiko Tateno et.al. Psychological Support to Prevent the Repeated Absences from Work Due to Mental Problems in Japan. American Psychology Association, 2018/8/11, Moscone Center (San Francisco, CA)

野藤夏美 他，リワーク支援と個別心理療法の連携に向けて その1 障害者職業センターのリワーク支援で行われる個人面接の特徴，日本心理臨床学会第37回大会，2018年8月31日，神戸国際会議場（兵庫県神戸市）

濱野晋吾 他，リワーク支援と個別心理療法の連携に向けて その2 障害者職業センターのリワーク支援担当者の個別心理療法への期待と実際，日本心理臨床学会第37回大会，2018年8月31日，神戸国際会議場（兵庫県神戸市）

舘野由美子 他，リワーク支援と個別心理療法の連携に向けて その3 障害者職業センターのリワーク支援で行われる個人面接の特徴，日本心理臨床学会第37回大会，2018年8月31日，神戸国際会議場（兵庫県神戸市）

毛利伊吹 他，休職者の心理的特徴 テキストマイニングによる文章完成法テストの分析，日本心理臨床学会第37回大会，2018年8月31日，神戸国際会議場（兵庫県神戸市）

〔その他〕(計3件)

舘野由美子，復職過程における社会的関係の重要性（海外文献抄録），精神療法，依頼有，43巻第6号，2017，910

正田尋子，復職を促進する動機づけ面接法（海外文献抄録），精神療法，依頼有，43巻第6号，2017，910-911

野藤夏美，復職における認知行動的アプローチ（海外文献抄録），精神療法，依頼有，43巻第6号，2017，912

6. 研究組織

(1)研究代表者

研究代表者氏名：館野由美子

ローマ字氏名：TATENO, Yumiko

所属研究機関名：(財) 冲中記念成人病研究所

部局名：その他部局等

職名：研究員

研究者番号(8桁)：80570449

(2)研究分担者

研究分担者氏名：毛利伊吹

ローマ字氏名：MOHRI, Ibuki

所属研究機関名：(財) 冲中記念成人病研究所

部局名：その他部局等

職名：研究員

研究者番号(8桁)：20365919

研究分担者氏名：疋田尋子

ローマ字氏名：HIKITA, Hiroko

所属研究機関名：(財) 冲中記念成人病研究所

部局名：その他部局等

職名：研究員

研究者番号(8桁)：40771449

研究分担者氏名：酒井由美子

ローマ字氏名：SAKAI, Yumiko

所属研究機関名：(財) 冲中記念成人病研究所

部局名：その他部局等

職名：研究員

研究者番号(8桁)：50772399

研究分担者氏名：濱野晋吾

ローマ字氏名：HAMANO, Shingo

所属研究機関名：(財) 冲中記念成人病研究所

部局名：その他部局等

職名：研究員

研究者番号(8桁)：80786806

研究分担者氏名：櫻井美智子

ローマ字氏名：SAKURAI, Michiko

所属研究機関名：(財) 冲中記念成人病研究所

部局名：その他部局等

職名：研究員

研究者番号(8桁)：70786805

研究分担者氏名：矢崎大

ローマ字氏名：YASAKI, Dai

所属研究機関名：(財) 冲中記念成人病研究所
部局名：その他部局等
職名：研究員
研究者番号(8桁)：40807111

研究分担者氏名：野藤夏美
ローマ字氏名：NOTOH, Natsumi
所属研究機関名：(財) 冲中記念成人病研究所
部局名：その他部局等
職名：研究員
研究者番号(8桁)：50807112

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。