

**科学研究費助成事業 研究成果報告書**

令和 5 年 6 月 19 日現在

機関番号：32823

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2018～2022

課題番号：18K10341

研究課題名（和文）アルコール依存症者のメタ認知機能向上のための看護介入プログラムの開発

研究課題名（英文）Effect of Nursing Intervention Program to Improve Meta-cognition for Alcoholics

研究代表者

森 千鶴（MORI, Chizuru）

東京医療学院大学・保健医療学部・教授

研究者番号：00239609

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,300,000円

研究成果の概要（和文）：アルコール依存症は脳の機能障害であり、慢性疾患としてとらえるようになってきている。現在、精神看護では、病を抱えながら自分らしく生きていくことができるように援助することが求められている。外来通院中のアルコール依存症者118名についてAUDIT得点から4群に分け、メタ認知得点の差異をみたところが高い群は低い群よりもメタ認知が低いことが認められた。

そこでアルコール依存症者の病態の影響をふまえ、自分を俯瞰的にみるメタ認知能力が高まれば、自尊心も高まるのではないかと考えた。アルコール依存症で入院中の10名の対象者にメタ認知を高める支援を行った。その結果、メタ認知的知識得点が上がリ有用性が確認された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

アルコール依存症者のメタ認知の特徴が理解することができた。またアルコール依存症者のメタ認知の特徴に沿った看護介入プログラムを開発し、実施したところ、有用性が確認された。このことから、アルコール依存症者も自分自身を客観的にみつめ、自己実現を目指すことも可能ではないかと思われた。アルコール依存症者への入院治療では、自助グループでの活動への導入などの支援が中心であった。また通院しているアルコール依存症者には認知行動療法などを実施しているが、介入者の学習や訓練が必要なことから、本研究で開発したプログラムは入院中の患者を対象に看護師が実施可能であることから、入院中の看護支援の1つになり得ると考える。

研究成果の概要（英文）：In recent years, alcoholism has been increasingly regarded as a brain dysfunction and a chronic disease. Today, psychiatric nursing is expected to assist people to live their lives while living with their illnesses. Here, differences in the metacognitive scores of 118 outpatient alcoholics allocated to four risk levels on the basis of their AUDIT scores were observed. Groups with higher AUDIT scores had poorer metacognition than groups with lower AUDIT scores.

In light of the pathology of alcoholics, we considered that self-esteem might be enhanced if metacognitive ability—the ability to look at oneself from a bird's eye view—were improved. We therefore helped 10 subjects who had been hospitalized for alcoholism to increase their metacognitive knowledge. There was increased scores on the metacognitive knowledge, the subjects enjoyed the program and the number of self-reflective statements made by the participants increased, suggesting that the intervention had some ameliorative impact.

研究分野：精神看護学

キーワード：アルコール依存症者 メタ認知 リカバリー

## 1. 研究開始当初の背景

### 1) アルコール依存症を慢性疾患としてとらえる

アルコール依存症者は2009年の厚生労働省の発表によると300万人以上いると推計されている。アルコール依存症は一生涯を通して断酒をしていくことが必要である。これまで入院治療看護では、治療の場を提供し、疾患教育によって病識を高め、退院後にセルフヘルプ・グループを継続的に利用できるように導入を行ってきた。しかし1度の入院加療では断酒しづらく、再飲酒による再入院をくり返すことが認められている。そのためアルコール依存症者自身が「底つき体験」をしなければ、自身の世界観を変えることができず、治療が成功しないと考えられてきた(安川, 2008)。現在ではアルコール依存はアルコールの薬理作用によってGABA神経を介して側座核からドーパミンが放出され、飲酒行動を強化しアルコールの探索行動も起こると考えられ、慢性疾患としてとらえるようになってきている(Seo他, 2014)。そのため患者の「底つき体験」を待つのではなく、積極的に働きかける必要がある。

### 2) リカバリーにおけるストレングスモデル

精神科リハビリテーションでは、自分の一部に病気の側面があるととらえ、精神疾患による破局的な状況を乗り越えて人生の新しい意味を見いだすというリカバリーの概念が用いられている(Deegan, 1998)。リカバリーを促進する際、支援者が対象者のストレングスに着目し、患者自らもストレングスを自覚することが必要になる(森, 2015; 大森, 2016)。ストレングスは、全ての人を持っている才能、知識、能力などその人の強みのことである(Saleebey, 1996)。リカバリーをすることによって、アルコール依存症者が「病気」や「欠陥」から解き放たれ、Well-beingに向かうことができると考えられている(Rapp & Goscha, 2006 / 2009)。

### 3) メタ認知能力

メタ認知能力は前頭前野を中心とした前頭葉、側頭葉、頭頂葉を中心とした広域のネットワークにより行われていると推定されている。アルコール依存症では、アルコールの薬理作用と飲酒を続けることによって衝動性のコントロールが障害される。この衝動性は脳の前頭前野に関連が深く、衝動性のコントロールを回復させるために、メタ認知能力の回復や向上が必要になると考えられている(大江, 亀田, 2015)。

## 2. 研究の目的

アルコール依存症のメタ認知機能、健康関連 QOL との関係等の特徴を明らかにし、メタ認知機能を高めるプログラムを開発し、その有用性を明らかにすることを目的とした。

- 1) アルコール依存症者のメタ認知機能を明らかにする
- 2) 飲酒習慣のある人のメタ認知とストレス対処との関連を明らかにする
- 3) 開発したメタ認知を高めるプログラムの有用性を明らかにする

## 3. 研究の方法

### 1) アルコール依存症者のメタ認知機能の特徴

1つの精神科病院に通院している外来患者 176 名を対象とし、飲酒状況を AUDIT(廣, 島, 1996) で、ローゼンバーグの自尊感情の測定尺度(内田, 上埜, 2010)、健康関連 QOL(福原, 鈴鴨, 2004)を同一調査用紙に盛り込み、自記式調査を行った。AUDIT でリスク別に 1 から 4 群に分け、ノンパラメトリック検定を行った。なお、本調査は筑波大学医学医療系医の倫理委員会及び対象施設の倫理委員会の承認を得てから実施した。

### 2) 飲酒習慣のある人のメタ認知とストレス対処との関連

インターネット会社にモニター登録をしている 20 歳 ~ 59 歳の男女 500 名を対象に飲酒習慣(AUDIT)(廣, 島, 1996)、メタ認知尺度(室町, 上市, 2015)、睡眠状況を 3 次元型睡眠尺度(松本ら, 2014)、ストレス反応として Public Health Research Foundation ストレスチェックリ

スト・ショートフォーム (PHRF-SCL(SF)) (今津ら, 2006)、ストレス対処は3次元モデルに基づく対処方略尺度 (TAC-24) についてインターネット調査を行った。なお、本調査は筑波大学医学医療系医の倫理委員会の承認を得てから実施した。

### 3) メタ認知を高めるプログラムの開発・有用性

メタ認知を高めるプログラムについて共同研究者及び研究協力者、専門看護師で検討した。入院中の患者 11 名にメタ認知を高めるプログラム 全 4 回 (アイスブレイク、ワークシート、パンフレット、ディスカッションで構成) を実施し、メタ認知尺度 (室町、上市, 2015) 精神障がい者の内面化したスティグマ尺度 (田邊, 2021) をプログラム前後で測定し、Wilcoxon の符号付き順位検定を行った。また各回終了時にプログラムの満足度を 0 から 100 で測定し、Friedman 検定を行った。なお、東京医療学院大学倫理委員会と施設の倫理委員会の承認を得てから実施した。

## 4. 研究成果

### 1) アルコール依存症者のメタ認知機能の特徴

研究協力が得られた対象者は男性 101 名、女性 17 名の計 118 名であった。平均年齢は男性 54.4 (SD=11.4) 歳、女性は 54.1 (SD=12.7) 歳であった。メタ認知尺度得点には男女で差異がなかった。AUDIT の得点で 0~7 点 (アルコール教育が必要) を 1 群、8~15 点 (簡単なアドバイスが必要) を 2 群、16~19 点 (継続的な観察が必要) を 3 群、20 点以上 (専門家の治療が必要) を 4 群としたところ、1 群は 45 名、2 群は 30 名、3 群は 16 名、4 群は 27 名であった。各群に男女の偏りはなかった。メタ認知尺度得点を各群で比較したところ、下位尺度の「コントロール」( $p < .01$ )、「メタ認知的知識」( $p < .01$ ) に差異が認められた。同様にローゼンバーグの自尊感情尺度 ( $p < .01$ ) 健康関連 QOL ( $p < .01$ ) にも差異が認められ、いずれも専門家の治療が必要の 4 群が 1 群、2 群よりも点数が低く、それぞれに低いことが認められた。

### 2) 飲酒習慣のある人のメタ認知とストレス対処との関連

インターネット調査対象者 500 名のうち、コロナ禍で飲酒量が増えた人は AUDIT 得点が高く、依存症疑いの割合が高い傾向が認められた ( $p < .001$ )。また、アルコール依存症疑い者はメタ認知尺度においてコントロールの得点が低いことが認められた ( $p < .001$ )。インターネット調査対象者 500 名のうち、飲酒習慣のある人 302 名について分析したところ、AUDIT15 点以上の危険飲酒群では、飲酒量が増加したと回答した者が多く ( $p < .001$ ) 新型コロナウイルス感染防止を意識した行動をしていない者が多く ( $p < .01$ ) ストレス対処行動では、責任転嫁 ( $p < .01$ ) が高いことが認められた。またメタ認知では対象者全員と同様で飲酒量が多い者の「コントロール」の得点が低いことが認められた。

### 3) メタ認知を高めるプログラムの開発・有用性の検討

アルコール依存症で精神科病院に入院中の患者 11 名を対象にプログラムを実施した。うち 1 名は途中で退院したため調査から除外した。対象者は男性 9 名、女性 1 名であった。入院回数は 1 回から 3 回で平均は 1.4 回であった。断酒会に参加したことがある者は 4 名、AA に参加したことのある者は 3 名であった。抗酒剤は誰も内服していなかった。プログラムの満足度は 1 回目から徐々に上がって 4 回目終了時が最も高かった ( $p < .01$ )。またメタ認知的知識が 4 回目終了時に高くなっていった ( $p < .05$ )

## 5. 考察

アルコール依存症者は、AUDIT の得点が高く危険度が高くなる程メタ認知機能が低いことが認められた。これはアルコールによる脳の萎縮 (松下, 松井, 樋口, 2010) との関連も考えられた。若林 (2016) は、自己意識を公的自己意識と私的自己意識に分けて測定する自己意識尺度を用いて調査をし、再飲酒のリスクが高いほど、外見など他者から容易に知ることができる公的自己意

識が高くなる傾向を指摘し、自分の内面に目を向ける必要を示唆している。本研究の結果からも断酒を継続するのみならず、自己の状況を客観的に捉えることで自尊感情や健康関連 QOL が高まる可能性が確認された。

新型コロナウイルス第 3 波後に地域に住んでいる 500 名を対象にインターネット調査を行った研究においても、アルコール依存症が疑われる者はメタ認知尺度において「コントロール」の得点が低いことが認められた。また、飲酒習慣のある人を分析した結果、AUDIT の得点が高く危険飲酒をしている者は飲酒量が多く消極的なストレス対処をしている者が多かった。インターネット調査のためアルコール依存症の診断の有無は明確ではないが、飲酒量の多い者は外出制限等のストレスに対し消極的なストレス対処をすることや、飲酒量が増える傾向が認められた。新型コロナウイルス流行では、未知の感染症拡大に伴う生命の危険や、予防のために緊張感のある生活(重村ら, 2020)、休業要請など生活の不安定によって社会全体の不安が増加したこと(宋ら, 2020)が影響していると考えられた。しかしストレス対処の一つとして飲酒をしてしまうこととメタ認知機能のうち、コントロールが低いこととも関連すると推察された。

これらの結果から、アルコール依存症者が断酒だけを考えるのではなく、自己を的確に認識しリカバリーしていくためにはメタ認知を高める必要性が確認された。自分の身体、感情と身体の反応の関連を自覚できるようなプログラムを開発した。その結果、プログラムは満足度を高め、メタ認知的知識を高めることに有用である可能性が示唆された。しかしながら対象者数が少ないこと、プログラムを実施する者の力量が必要なことから、さらに検討を重ねる必要性が示唆された。

#### <文献>

- Deegan, P., E. (1998). Recovery - The lived experience of rehabilitation, *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 11(4), 11-19.
- 福原俊一, 鈴鴨よしみ (2004). SF-8 日本語版マニュアル, NPO 健康医療評価研究機構, 京都.
- 廣尚典, 島悟 (1996). 問題飲酒指標 AUDIT 日本語版の有用性に関する検討, *日本アルコール・薬物依存医学会雑誌*, 31, 437-450.
- 今津芳恵, 村上正人, 小林恵, 松野俊夫, 椎原康史, 石原慶子, 城佳子, 児玉昌久 (2006). Public Health Research Foundation ストレスチェックリスト・ショートフォームの作成 - 信頼性・妥当性の検討, *心身医*, 46(4), 301-308.
- 松本悠貴, 内村直尚, 石田哲也, 豊増功次, 久篠奈苗, 森美穂子, 森松嘉孝, 星子美智子, 石竹達也 (2014). 睡眠の位相・質・量を測る 3 次元睡眠尺度 (3 Dimensional Sleep Scale: 3DSS) - 日勤者版 - の信頼性・妥当性の検討, *産衛誌*, 56(6), 128-140.
- 松下幸生, 松井敏史, 樋口進 (2010). アルコール依存に併存する認知症, *精神神経誌*, 112(8), 774-779.
- 森千鶴 (2015). 精神看護の新たな援助の開発を求めて - その人らしく生きることを支援するために -, *日本精神保健看護学会誌*, 24(2), 20-25.
- 室町祐輔, 上市秀雄 (2015). メタ認知尺度作成の試み - 後悔状況における適応的行動と関連性の検討 -, *日本心理学会第 79 回大会発表論文集*, 1PM - 101.
- 大江由香, 亀田公子 (2015). 犯罪者・非行少年の処遇におけるメタ認知の重要性 - 自己統制力と自己認識力, 社会的応力を効果的に涵養するための認知心理学的アプローチ -, *教育心理学研究*, 63, 467-478.
- 大森圭美 (2016). 患者の理解 (改訂版 これからの精神看護学. 森千鶴・田中留伊監編). ピラールプレス, 42-53.
- Rapp A.C., Goscha J.R., (2006/田中英樹監訳, 2009). ストレングスモデル - 精神障害者のためのケースマネジメント (第 2 版), 金剛出版, 東京.
- Saleebey, D. (1996). The strengths perspective in social work practice: Extensions and cautions. *Social Work*, 41, 296-305.
- Seo, D., and Sinha, R. (2014). Chapter 21 The neurobiology of alcohol craving and relapse,

Handbook of clinical neurology.Vol.125,(3<sup>rd</sup> series)alcohol and the Nervous System, Sullivan.& Pfeffeerbaum,A.,Editors, Elsevier B.V. 355-368.

重村淳,高橋晶,大江美佐里,黒澤美枝(2020).COVID-19(新型コロナウイルス感染症)が及ぼす心理社会的影響の理解に向けて,トラウマティック・ストレス,18(1),1-7.

宋未来,関沢洋一,越智小枝,橋本空,傳田健三(2020).第3波直前の我が国におけるコロナ禍でのうつ状態と自殺念慮に関するリスクの検討:「新型コロナウイルス流行下における心身の健康状態に関する継続調査」- 第一回調査結果より,RIETI Discussion Paper series,20-J-044,1-51.

田邊要補(2021).短縮版・日本語 ISMI(精神障がい者の内面化したスティグマ)-10尺度の信頼性・妥当性,日本精神保健看護学会誌,30(1),21-28.

内田友宏,上埜高志(2010).Rosenberg 自尊感情尺度の信頼性および妥当性の検討 - Miura & Griffiths 訳の日本語版を用いて -,東北大学大学院教育研究科研究年報,58(2),257-266.

若林麻衣子(2016).アルコール依存症者の回復過程における自己意識の変化について,保健福祉学研究,14,27-35.

安川由貴子(2008).アルコール依存症者の意識変容のプロセス - セルフヘルプ・グループにおける体験談を手がかりに -,京都大学生涯教育学・図書館情報学研究,7.9-25.

## 6. 研究組織

- (1) 研究分担者 菅谷智一(筑波大学医学医療系)
- (2) 研究協力者氏名: 金重稀美笑(Kanashige Kimie)  
高野悠紀子(Takano Yukiko)  
宮崎真理子(Miyazaki Mariko)  
山田洋(Yamada Hiroshi)  
本田みづほ(Honda Mizuho)  
栗木理花(Kuriki Rika)

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計2件（うち査読付論文 2件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 1件）

1. 著者名 森千鶴、菅谷智一、栗木理花、真下奈那子	4. 巻 13 (1)
2. 論文標題 新型コロナウイルス感染予防に伴う生活の変化とストレス反応・ストレス対処ー男女を比較してー	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 看護教育研究学会誌	6. 最初と最後の頁 3-12
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 オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 森千鶴, 菅谷智一, 金重稀美笑, 山田洋, 真栄里仁	4. 巻 57 (2)
2. 論文標題 アルコール依存症者の自尊感情に影響する要因	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 日本アルコール・薬物医学会雑誌	6. 最初と最後の頁 68-80
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 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9件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 2件）

1. 発表者名 Chizuru MORI , Rika Kuriki, Nanako Mashimo, Tomokazu Sugaya
2. 発表標題 Stress-coping behaviors associated with the prevention of novel coronavirus infection among habitual drinkers
3. 学会等名 32nd International Nursing Research Congress (国際学会)
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 栗木理花、真下奈那子、菅谷智一、森千鶴
2. 発表標題 コロナ禍における飲酒習慣のある者のメタ認知とストレス対処との関連
3. 学会等名 看護教育研究学会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 宮崎真理子、本田みづほ、菅谷智一、森千鶴
2. 発表標題 アルコール依存症者における自助グループ参加の有用性
3. 学会等名 第31回日本精神保健看護学会学術集会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 本田みづほ、宮崎真理子、菅谷智一、森千鶴
2. 発表標題 自助グループにおけるアルコール依存症者の情緒的支援とQOL・スティグマ との関連
3. 学会等名 第47回日本看護研究学会学術集会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 金重稀美笑、菅谷智一、森千鶴
2. 発表標題 アルコール依存症者の飲酒習慣とQOLの関連
3. 学会等名 日本看護研究学会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 Tomokazu Sugaya, Kimie Kanashige, Chizuru Mori
2. 発表標題 Relationship Between Drinking Habits and Metacognition in Patients with Alcohol Use Disorders
3. 学会等名 Sigma's 31st International Nursing Research Congress (国際学会)
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 鳥海真希、菅谷智一、森千鶴
2. 発表標題 アルコール依存症における病識の研究動向
3. 学会等名 日本アディクション看護学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 金重稀美笑, 山田洋, 菅谷智一, 森千鶴
2. 発表標題 アルコール依存症者の自尊感情と飲酒習慣の関連
3. 学会等名 第40回日本看護科学学会学術集会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 林依薇, 菅谷智一, 森千鶴
2. 発表標題 飲酒期待についての文献検討と考察
3. 学会等名 第17回日本アディクション看護学会学術集会
4. 発表年 2018年

〔図書〕 計0件

〔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	菅谷 智一  (Sugaya Tomokazu)  (60824307)	筑波大学・医学医療系・助教    (12102)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件



8 . 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------