

平成 22 年 5 月 28 日現在

研究種目：若手研究 (A)  
 研究期間：2007～2009 年度  
 課題番号：19683006  
 研究課題名 (和文) インターネットテレビ電話を用いた心理臨床在宅支援システムの開発  
 研究課題名 (英文) Development of Home Psychological Care System based on Skype  
 研究代表者  
 長江 信和 (NAGAE NOBUKAZU)  
 福岡大学・人文学部・講師  
 研究者番号：80449959

## 研究成果の概要 (和文)：

本研究は、生活上のストレスに苦しむ地域住民 (要援助者) を対象として、インターネットテレビ電話を活用する心理臨床在宅支援システムの開発を進めた。遠隔心理支援に関する倫理指針を策定し、専門機関を利用しない、大都市部の要援助者の実態を明らかにした。そして、遠隔コンサルテーションや遠隔カウンセリングによる遠隔支援の有効性や安全性、課題について検討を行った。

## 研究成果の概要 (英文)：

The focus of this study is on the developing a home psychological care system with Skype for community clients suffering from dairy stress. After the development of a clinical guideline for internet-based intervention, clinical characteristics and untreated tendency of the central Tokyo residents were revealed on internet surveys. The effectiveness and safety of teleconsultation and telecounseling with the video chat were also examined in treatment studies.

## 交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2007 年度	4,100,000 円	1,230,000 円	5,330,000 円
2008 年度	6,100,000 円	1,830,000 円	7,930,000 円
2009 年度	4,000,000 円	1,200,000 円	5,200,000 円
年度			
年度			
総計	14,200,000 円	4,260,000 円	18,460,000 円

研究分野：臨床心理学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：臨床心理学

## 1. 研究開始当初の背景

心の健康問題は、近年、国民の重大な関心事の一つになっている。うつ病啓発キャンペーンや自殺予防対策の社会的動向が示す通り、要援助者に対しては、精神科医療機関への受診が公に勧められるようになった。しかし、近年の地域疫学調査（川上ら、2004）によると、不安障害・気分障害等を過去1年間で経験した住民のうち、一度でも医療機関を受診した経験のある者は2割程度に過ぎない。拡充される専門機関に対して、精神科受診を妨げる要因（世間体の心配や生活の支障等）は頑強に存在しており、将来的にも、要援助者の多くが、未受診のまま、地域社会で苦しむことが懸念されている。

本研究は、地域で苦しむ要援助者を対象として、インターネットテレビ電話（IPTV 電話）を活用した心理臨床在宅支援システムの開発を目指すものである。生活上のストレスに苦しむ地域住民（要援助者）の実態を明らかにし、遠隔コンサルテーションや遠隔カウンセリングによる在宅支援の有用性について検討した。

## 2. 研究の目的

心理臨床在宅支援システムの開発を目指して、以下の研究課題に取り組んだ：

(1) 心理臨床在宅支援システムの基礎として、遠隔心理支援に関する倫理指針を作成する。

(2) 要援助者の実態調査と遠隔コンサルテーションの効果検討を行う。

(3) 遠隔カウンセリング（支持的カウンセリングと認知行動療法）に関する効果研究を進める。IPTV 電話を利用したカウンセリングの有効性と安全性を実証的に検討する。

## 3. 研究の方法

(1) 遠隔心理支援に伴う法的・倫理的課題の検討

世界最大の検索シェアを持つ検索エンジン（Google）を利用し（2008年5月18日時点）、地域住民の閲覧が多いと考えられるネット上の相談機関について、目視による調査を行った。また、関連諸学会の倫理綱領や関連法規を精査し、法律家の助言も受けながら、ネット上の心理的援助の制限と課題について明らかにした。

(2) 要援助者の実態調査と遠隔コンサルテーションの効果検討

① 東京都心部住民を対象としたネット調査  
千代田区の行政広報誌（広報千代田）を対象者募集の公告を掲載し、ネットリサーチ会社最大手であるマクロミル社（2007年10月17日～23日）と楽天リサーチ社（2007年11月6日～14日）の協力により、ネット調査（K6, SDISS, ATSPPHS, PVS-III-R, SWLS 等）を実施した。

② 地域の要援助者の実態調査と遠隔コンサルテーションの効果

研究用のウェブサイト（ユビキタス・カウンセリング）を公開して、要援助者に対する精神保健資源の情報提供を行った。また、希望者に対しては、ネットカウンセリングによる相談体制を整え、遠隔コンサルテーションを行った。

(3) 遠隔カウンセリングに関する効果研究

① 地域の要援助者に対する遠隔カウンセリングの効果（1）

地域の要援助者に対する、遠隔カウンセリングのシステム作りを行い、IPTV 電話による遠隔カウンセリング（支持的カウンセリング）の効果研究を行った。

② 地域の要援助者に対する遠隔カウンセリングの効果（2）

地域の要援助者に対する、遠隔カウンセリングのシステム作りを行い、IPTV 電話による遠隔カウンセリング（認知行動療法）の効果研究を行った。

## 4. 研究成果

(1) 遠隔心理支援に伴う法的・倫理的課題の検討

「カウンセリング」について Google 検索を行い、その時点の上位 1,000 件を保存して、目視確認を進めたところ、相談機関のウェブサイトは 618 件であった。精査の結果、責任者や専門性が不明である団体・個人（自称カウンセラー）が有償サービスを展開している例が多く見られた。サービス提供者の氏名や所在地を明らかにしていないサイトがあった（それぞれ 28.6%, 21.2%）。また、倫理指針（4.2%）、利用規約（16.2%）、個人情報保護方針（37.7%）を明示しているサイトは一部にとどまり、専門的資格の明示を行っているサイトも、少数であった（臨床心理士 18.4%、社会福祉士 2.6%、精神保健福祉士 3.9%、医

師 6.5%)。法改正 (2009 年 12 月) 以前の調査であるため、調査時点では違法ではなかったものの、特定商取引法 (旧訪問販売法) に基づく表記を行わずに、有料相談 (メール相談等) を行っている例も数多く見られた。

こうした問題点を踏まえ、心理臨床在宅支援の安全なあり方について、最新の法令や専門的倫理に基づく独自の指針を作成した (例: 責任者や支援者の氏名・資格を公表する、地域の専門機関の利用を最優先に促す、独占業務 (医行為・診療補助行為等) を侵さない、通院患者を支援する場合は主治医の許可を得る、要援助者が未成年の場合は保護者の許可を得る、海外在住者への援助の場合は現地法令を尊重する、緊急時対応の手段を確保する、個人情報保護方針や利用規約を示す、苦情受付窓口を設定する等)。

今後、急速な普及が予想される遠隔心理支援の実態と課題を明らかにすることができた。

## (2) 要援助者の実態調査と遠隔コンサルテーションの効果検討

### ① 東京都心部住民を対象としたネット調査

千代田区民を対象として心の健康と受診経験に関する調査を行った。対象者 183 名のうち、過去 12 ヶ月間に何らかの不安/気分障害が疑われる者は 12.57%であった。不安/気分障害が疑われる者は、比較的、生活機能障害が著しいにもかかわらず、医療機関の受診を希望するケースや受診に至るケースが少なかった。

つづいて、千代田区民・中央区民を対象として、心の健康と受診経験、受診阻害要因に関する調査を行った。対象者 782 名のうち、過去 12 ヶ月間に何らかの不安/気分障害の存在が疑われる者は 12.34%であった。また、過去一ヶ月に PTSD の発症が疑われる者は 4.22%であった。対象者のうち、医療の専門家よりも家族や友人・知人への相談を望むケースが多く、対人関係や精神の問題が生じた際に公的相談機関を利用すると考える者は少数であった。医療機関への受診行動に対しては、個人のハーディネスや幸福感にかかわらず、症状や生活障害の重さ、精神科治療への期待が有意に影響していることが判明した。

サンプルの偏りは当然考慮すべきであるが、従来は不可能とされた、大都市住民の心の健康の一端が明らかになった。ネット調査により、専門機関を訪れることのない要援助者へのアクセスが可能となることが示された。東京都心部には、一定数の要援助者が潜在しているが、地域の精神保健資源が十分に活用されているとはいえず、ネットを介した遠隔支援の有用性は大きいと考えられた。

### ② 遠隔コンサルテーションの効果

東京都心部住民を対象としたネット調査では、調査終了時に、地域の専門機関 (医療機関、精神保健センター、いのちの電話など) の情報提供を行った。その結果、過去 12 ヶ月間に何らかの不安/気分障害が疑われる対象者において、地域の専門機関を「必ず利用する」「おそらく利用する」と答えた者は 19.6%であった。ウェブ上のデータベース型コンサルテーションについては、効果が限定的であると考えられた。

研究用サイトとして、心の健康に関するポータルサイト (ユビキタス・カウンセリング; 心理テスト、専門機関データベース、IP 電話相談、掲示板相談) を創設した。約半年間アクセス解析を行ったところ、ウェブサイトの閲覧者数は、5,969 名と推定された (2008 年 10 月~2009 年 3 月)。そのうち、抑うつ・不安尺度 (K6) 等の心理テストを実施した閲覧者は、700 名程度であった (2008 年 11 月~2009 年 3 月)。また、IP 電話や掲示板によるコンサルテーションの利用者 (初回相談者) は、140 名程度であった (2008 年 10 月~2009 年 3 月)。

インターネットを介した遠隔コンサルテーションは、一定の成果が認められた。ただし、要援助者の利用実態や実際の効果 (受診・援助希求行動) の精査については、今後の課題として残されている。

## (3) 遠隔カウンセリングに関する効果研究

### ① 地域の要援助者に対する遠隔カウンセリングの効果 (1)

地域の要援助者を対象として、IPTV 電話 (Skype) による遠隔カウンセリングの効果を検証した。ウェブ上で効果研究の希望者を募ったところ、20 名の参加希望があった。地域医療を希望する者や主治医の許可が得られない者を除外し、説明による同意を取得したところ、13 名が被験者となった。被験者数が当初の計画を下回ったため、Waiting-list 統制群は設けず、前後比較の介入研究を行った。臨床心理士による週 1 回 (50 分間)、計 10 回のカウンセリングを提供し、その前後には心理査定を行った。遠隔カウンセリングの結果、被験者の抑うつ症状 (BDI-II) に有意な改善が認められた。介入途中の脱落 (1 名; 医療への専念) も認められたが、遠隔カウンセリングの効果を確認することができた。

地域住民 (臨床群) を対象とした遠隔カウンセリングの効果研究は、本邦初である。今後も、効果研究を継続し、効果をもたらす個別要因の検討や長期的な効果の確認を進める予定である。

### ② 地域の要援助者に対する遠隔カウンセリングの効果 (2)

PTSD の可能性が高い地域の要援助者を対象として、遠隔カウンセリング (CBT) による支援を行った。ウェブ上で被験者を募ったところ、3名の応募があった。IPTV (Skype) 経由で CAPS を施行した結果、いずれも PTSD の慢性化が疑われたため、臨床指針に従い、心理教育と地域の専門医療機関への紹介を行った。そのうち1名は、医療ではなく、遠隔カウンセリングの適用を希望したため、臨床心理士が CBT を実施した。

約3ヶ月の介入の結果、CAPS の重症度が軽減し、生活障害に改善が認められた。

遠隔カウンセリングによるトラウマケアの報告は、国際的にもほとんど先例がない。今後も、被験者の安全と安心を確保しながら、追跡調査を進める予定である。

#### (4) まとめ

本研究は、生活上のストレスに苦しむ地域住民 (要援助者) を対象として、心理臨床在宅支援システムの開発を進めた。遠隔心理支援に関する倫理指針を策定し、要援助者の実態を明らかにした。そして、遠隔コンサルテーションや遠隔カウンセリングによる在宅支援の有用性を明らかにした。

従来、インターネットを介した支援については、電話相談同様、対面式の支援を補う副次的な手段と認識され、専門家の主要な関心事にはならなかった。その一方で、国内のインターネット基盤が整い、IPTV 電話等のコミュニケーション手段が充実することにより、専門的知識や倫理性に乏しい自称カウンセラーが急増する事態を招いている。在宅支援を中心とする、遠隔心理支援は、地域で孤立する要援助者に対する有効なアウトリーチであり、重要な臨床的手法・研究対象として認識される必要がある。

研究成果については、自称カウンセラーによる安易な模倣を防ぐため、極力、公表を控えていたが、今後は、遠隔心理支援の適正化を目指して、詳細な分析を進めると同時に、専門家向けに公開を進める予定である。本研究は、遠隔心理支援研究の先駆けであると同時に、心の健康づくりに関する社会貢献活動として評価されることだろう。

#### 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)

[学会発表] (計2件)

- ① 長江信和・伊藤拓・仲村禎夫、インターネットを介した遠隔アセスメントの試み、日本カウンセリング学会、2009年8月19日、活水女子大学

- ② 長江信和、外傷後ストレス障害に対する臨床心理学的アプローチ (PTSD に対する心理療法の効果と効用)、日本心理学会、2008年9月21日、北海道大学

[その他]

報道関連情報 (新聞記事)

朝日新聞 2009.1.15 朝刊生活面

International Herald Tribune 2009.1.28

ホームページ等

<http://www.ubiquitous-counseling.com/>

#### 6. 研究組織

##### (1) 研究代表者

長江 信和 (NAGAE NOBUKAZU)

福岡大学・人文学部・講師

研究者番号：80449959

##### (2) 研究分担者

( )

研究者番号：

##### (3) 連携研究者

( )

研究者番号：